ప్రథమ ముద్రణము – ౧౯౫౧

మూల్యము : రు. ౩-౦-౧

• భారతీ • ప్రెస్ • తెనాలి •
1952

FOREWORD

BY

Dr. T. Lakshminarayana, M. B. B. S., B. Sc., D. P. H.
Director of Public Health, Government of Madras.

My friend Dr. D. V. Subba Reddy, M. B. B. S., M. Sc. now Professor of Physiology and Principal of the Guntur Medical College has been a teacher in Medical Colleges for over two decades. His special subject gives him an insight into the working of the human body. Dr. Subba Reddy, it is well-known, has been greatly interested in the history of Medicine. He has also been a prolific writer on various subjects connected with health.

Dr. Subba Reddy has placed the Telugu people and Andhra Pradesh under a deep obligation by his essays on health written in beautiful simple and non-technical language, so that the generality of the public can easily understand and benefit. This is by no means an easy task and Dr. Subba Reddy is to be congratulated on his successful effort. He has covered all the more important topics of health, of interest to the general public. Though published at different times, he kept up a continuity of purpose. The topics dealt with range from Health Organisation and Law to the

Control of Communicable Diseases and safe-guarding the health of important sections of the population. The last essay on International Health indicates the wide scope of the subject. The essays are very informative and will serve to educate many sections of the population. It is indicative of the tempo of progress that within the time that has elapsed between the writing of the earlier essays and now there have been such revolutionary advances that the author will have very soon to bring out a revised edition. I have great pleasure in commending the essays to the attention of the public and in wishing the author great success in the production of more and more of such useful literature.

Gandhinagar,
MADRAS
10-5-51

T. Lakshminarayana.

ఉపోద్ఘాతము

నా అదృష్టవశమున చిన్నతనమున తెనుగుభాష యందు కొంత అభిరుచి, ప్రవేశము కలుగుటకు వసతు లుండెను. నాకు అక్షరాభ్యాసముచేసిన బ్రహ్మశ్రీ కనుపర్తి సుబ్బరామయ్యగారు ఆ కాలమున నెల్లూరు బడిపంతులలో ప్రథమగణ్యులు, వైదికాచారనిష్ఠులు మాత్రమేగాక పండితులును. నాకు బాలరామాయణము మొదలు అమరము, మహాభారతము పఠింపనేర్పినవారు. మా తండ్రి, కీ॥ శే॥ దండా ఓబులురెడ్డిగారు తెలుగు గ్రంథము లనేకములు సేకరించి, చదివి ఆనందించుటయే గాక, నాచేత భాగవతములోని కొన్ని భాగములు చదివించి సంతోషించెడివారు. ఇంతేకాక నా బాల్యమున, ఈ శతాబ్దాదియందు, నెల్లూరులో, "అముద్రిత గ్రంథ చింతామణి" పత్రికా ప్రచురణమువలన కలుగుచుండిన వాఙ్మయోద్ధరణ, బ్రహ్మశ్రీ వేదము వేంకటరాయ శాస్త్రిగారి శిష్యబృందమైన ఆంధ్రభాషాభిమాన సమాజమువారు ప్రదర్శించుచుండిన నాటకములను అనేక మారులు చదువుట, చూచుట, వర్ధమాన సమాజము వారి యాజమాన్యమున ప్రారంభింపబడిన తిక్కన పుస్తక భాండాగారమున ఆంధ్రగ్రంథములన్నియు నందుబాటులో నుండుటయు, అనుకూల వాతావరణమును కలిగించెను.

హైస్కూలు విద్యార్థులలో వ్యాసములు వ్రాయుటకు, ఉపన్యాసములిచ్చుటకు, పద్యములల్లుటకు,పోటీలు, ఉత్సాహము హెచ్చుగానుండెను. అట్టి వాఙ్మయోద్యాన సన విహారభాగ్యమును, సారస్వత గంధమారుతముల పీల్చు తరుణములును, తరుణవయస్సున నుండుటచేతనే నేను నాకు ఆంధ్రభాష, వాఙ్మయము, ఆంధ్రకళలు, సంస్కృతి యన్న అత్యాదరము.

1925 లో నేను M. B. B. S. డిగ్రీపొంది నెల్లూరులో వైద్యవృత్తిలో ప్రవేశించిన కొలదికాలములో జిల్లా ఆరోగ్యాధికారియు, జిల్లా వైద్యశాఖాధికారియు నన్ను ఆరోగ్యవారమహోత్సవ సంస్థకు కార్యదర్శిగా చేసిరి. జిల్లాబోర్డువారు ఆరోగ్యప్రచారమునకై ఒక వార పత్రికలో కొన్ని పుటలు ప్రత్యేకించి ఆరోగ్య ప్రచారమునకై ఒక కమిటీని ఏర్పరచి దానికి నన్ను కార్యదర్శిగా నుండకోరిరి. ఈ రెండు గౌరవపదవులతోపాటు కొన్ని బాధ్యతలును కలిగెను. ఉపన్యాసములిచ్చువా గండను దొరలు, దొరసానులు; లేదా ఆంగ్లేతరులు. వినుటకు వచ్చువారిలో అనేకులు ఇంగ్లీషురానివారు, స్త్రీలు, విద్యార్థులు. వీరికొరకు తెనుగులో ఆరోగ్యవిషయముల తెలుపుట అవసరమయ్యెను. ప్రతివారము తెనుగుపత్రికలో, ఆరోగ్య ప్రచారము జరుగవలసియుండెను. తెనుగు వ్రాయనేర్చినవారికి ఆరోగ్య విజ్ఞానము లేకుండెను.

ఆరోగ్యశాస్త్రములో పరిచయముండినవారు తెనుగులో వ్రాయలేకుండిరి. కాబట్టి అనేకమారులు నేనే పూను కొని వ్రాయవలసివచ్చెను. ఇట్లు తప్పనిసరిగా "సింహపురి" "దేశబంధు" మొదలగు పత్రికలలో ప్రారంభించిన వ్యాసము లనేకములు, వాని ప్రతులు, 1927 నవంబరులో నెల్లూరులో సంభవించిన తుపాను దెబ్బకు చెల్లాచెదరై తడిసి చీకిపోయినవి- వానిలో దక్కినవి రెండువ్యాసములు మాత్రమే. అటుపిమ్మట 1928 లో ఇంగ్లాండు ప్రయాణము, 1929 లో పునరాగమము, 1930 లో ఆంధ్రా మెడికల్ కాలేజీలో ఉద్యోగము ప్రాప్తించినందున విశాఖ పట్టణము చేరుటయు తటస్థించెను. తదనంతరము, అచ్చట ప్రకటింపబడుచుండిన "రెడ్డిపత్రిక" యొక్కయు "విశాఖ పత్రిక" యొక్కయు సంపాదకులు వ్యాసములకై ప్రాధేయపడుచుండిరి. ఇంతేకాక విశాఖపట్టణమునకూడ ఆరోగ్యవారోత్సవ సందర్భములలో తెనుగులో మాట్లాడు వైద్యప్రముఖులెవ్వరు లేకుండిరి. కాబట్టి ప్రతిసంవత్సరము, ఆ జిల్లాలో వివిధకేంద్రములలో, ఆరోగ్య వార సందర్భోపన్యాసములలో పాల్గొనుట నా విధియయ్యెను. ఈ విధముగా నే నొసంగిన ఉపన్యాసములు, వ్రాసిన వ్యాసములు, 1942 లో విశాఖపట్టణమున, జపాను విమానములు బాంబులు విసరినపుడు పోగా మిగిలినవాటిని స్వీకరించి యిందు చేర్చితిని. 1940 మొదలు 1945 వరకు

విశాఖపట్టణ మండల రెడ్ క్రాస్ సంఘ కార్యదర్శిగా నుండినందున వివిధ పాఠశాలలలో, వివిధ ప్రదేశము లలో నొసగబడిన ఉపన్యాసముల కొన్నిటినికూడ చేర్చితిని. క్రొత్తగావ్రాయబడినది పండ్రెండవవ్యాసము మాత్రమే. విషయముకూడ క్రొత్తదియే.

ఆంధ్రభాషలో, ఆరోగ్య విజ్ఞాన ప్రబోధకములగు ప్రచురణములు ఎక్కువగా లేవు. అట్టి గ్రంథములను వెదకి సాధించి శోధించితిని. వానిలో కొన్ని పాఠశాలకు పోవు బాలబాలికలకై ఉపాధ్యాయులచే వ్రాయబడినవి. మరికొన్ని భాషాంతరీకరణములు. అవియు ప్రామాణిక గ్రంథములు కావు. సుప్రసిద్ధమైనది గాంధీమహాత్ముని ఆరోగ్యసాధన మాత్రమే. ఆంధ్రులై ఆధునిక వైద్య శాస్త్ర పారంగతులై ఆరోగ్య సూత్రములను, పద్ధతులను గురించి వ్రాయ సాహసించిన వారిలో డా॥ ఆచంట లక్ష్మీపతిగారు, డా॥ పట్టాభిసీతారామయ్యగారు ప్రథమ గణ్యులు. ఆధునిక విజ్ఞాన బీజముల దేశమున వెదజల్ల నవతరించిన విజ్ఞాన చంద్రికా గ్రంథమండలి శైశవముననే ఆగంతుక మరణమునకు గురియగుట ఆంధ్రులదురదృష్టము. తర్వాత రెండుదశాబ్దములు గడచిన వెనుక, మా గురువు లగు డా॥ రామమూర్తిగారు, స్కూలుఫైనలు విద్యార్థు లకు Physiology and Hygiene అను పాఠ్యగ్రంథ మును వ్రాసిరి. అటువంటిగ్రంథమును మరొక దానిని,

డా॥ గుళ్లపల్లి నారాయణమూర్తిగారు రచించి ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయమువారి పారితోషికమును పొందిరి. వారు రచించిన రెండవ గ్రంథము "గ్రామారోగ్యము". మొదట మదరాసు విశ్వవిద్యాలయమువారి బహుమానమును, తర్వాత మదరాసు ప్రభుత్వ బహుమానమును బడసినది. కాని, వయోజనవిద్యకు పౌరసత్వశిక్షణకు (Citizenship-training) ఆధునిక విజ్ఞానమును, నవ్యదృక్పథమును, ప్రజలలో ప్రజానాయకులలో ప్రచురింపచేయుటకు, ఆరోగ్య పాలన చట్టములు రోగకారణములు, రోగనివారణ, ఆరోగ్యజీవనము, అంతర్జాతీయ సహకారము, అనేక శీర్షికలు గలిగి ఆంధ్రప్రజలకు, ఆంధ్రమండలమునకు సంబంధించిన వివరములుగల తెనుగు గ్రంథమును నేనింత వరకుచూడలేదు. ఉన్నదని తెలిపిన చదివి సంతోషించెదను.

ఆరోగ్యవ్యాసముల కొన్నింటిని చేర్చి ఒకపుస్తకముగా ప్రచురింపవలెనని సుమారు పదెనిమిది ఏండ్లనుండి ఉద్దేశముండెను. నేను విశాఖపట్టణములో నుండగా, **1944** లో నా మిత్రుడగు (శ్రీ) దివాకర్ల వేంకటావధానిగారును, మద్రాసుకు బదిలీచేయబడిన తర్వాత **1948** లో, మిత్రుడగు (శ్రీ) మల్లంపల్లి సోమశేఖరశర్మగారును, వ్యాసముల చదివి, ప్రకటింప ప్రోత్సహించిరి. సరియైన ముద్రణాలయము దొరకక కాగితములు లభించక నాకు తీరికలేక సంవత్సరములు గడచిపోయినవి. తుదకు **1951** జనవరిలో

నేను గుంటూరు మెడికల్ కాలేజి ప్రిన్సిపాలుగానున్న కాలమున నామిత్రులు శ్రీపోలారెడ్డిగారు శ్రద్ధవహించి జీర్ణమై మిగిలియుండిన ఈ వ్యాసములను పుస్తకరూపమున తెచ్చుటకు తోడ్పడిరి. నాయిష్టానుసారము ప్రూఫుల పంపి చక్కగా ముద్రించిన భారతీ ప్రెస్సువారి సౌజన్యము ప్రశంసనీయము. ప్రచురణవిషయమై సహాయము సలహా నొసంగిన శ్రీ తెలికిచెర్ల వెంకటరత్నంగారిని మరువలేను. అడిగినంతనే భ్రాతృవాత్సల్యముతో తొలిపలుకు వ్రాసి యిచ్చిన మిత్రులు శ్రీ డాక్టరు టి. లక్ష్మీనారాయణగారికి నా కృతజ్ఞతాపూర్వకవందనములు.

ఆంధ్రపాఠకలోకము, ఆంధ్రగ్రంథాలయములు ఈ 'వ్యాసమంజరి' ని అంగీకరించి, అందుకొని ఆదరింతురని ఆశించుచున్నాను.

తొలిఏకాదశి, విక్రమ
మెడికల్ కాలేజి,
గుంటూరు.

దండా వేంకటసుబ్బారెడ్డి

విషయసూచిక

పుట.

ఆరోగ్య వ్యాసమంజరి

1. మనరాష్ట్రమందలి ఆరోగ్యపరిపాలనా విధానము

(విశాఖపత్రిక: 1934 మార్చి 21,28; ఏప్రియల్ 4,18)

ఆధునికయుగమున హిందూదేశమున ఆరోగ్య సంరక్షణా ప్రయత్నములు 1859 వ సంవత్సరమున (ఈ దేశపాలన కంపెనీవారివద్దనుండి ఇంగ్లాండు చక్రవర్తుల హస్తగతమైనపుడు) ప్రారంభింపబడెను. ఆకాలమున బ్రిటిష్ హైందవ సైనికులలోను, కారాగృహములలోను, సామాన్య ప్రజలలోను, చనిపోవువారి సంఖ్య అత్యధికముగా నుండెను.

బ్రిటిషు పార్లమెంటు ఈదుస్థితిని గమనించిరి. ఆరోగ్యరక్షణకై ఇంగ్లాండునందు పలు ప్రయత్నములు చేయుచుండిన చాడ్విక్ సలహావలన, ఇండియా దేశములోని ఆరోగ్యపరిస్థితుల విచారించుటకు ఒక "రాయల్ కమిషన్" ఏర్పాటుచేయబడెను. 1863 వ సంవత్సరములో ప్రచురింపబడిన వీరి రిపోర్టునందు పెద్ద కోస్తాలయిన బెంగాలు, మద్రాసు, బొంబాయి రాజ్యములలో పారి

శుద్ధ రక్షకవర్గముల నేర్పరుపమని సలహానిచ్చిరి. ఈవర్గమున మొదట 5 మంది యుండిరి. తర్వాత 1869 సంవత్సరంలో, ఒక్క వైద్యుడే, పారిశుద్ధ రక్షకాధికారిగా నేర్పడెను. ఈ కమీషన్ వారు ప్రతి రాష్ట్రమునందును ఆరోగ్యాధికారుల నేర్పరుపవలెనని కోరి యుండిరి. కాని ప్రజల దురదృష్టమువలన ప్రజాయురారోగ్య దాయకములగు వీరి సూచనలు పెడచెవిని బెట్టబడెను.

మద్రాసు రాష్ట్రములో 1864 సం॥ లో సేనిటరీ కమిషన్ ఏర్పాటు చేయబడెను. పురపారిశుద్ధ్యమును వృద్ధి జేయుటయు, అంటువ్యాధులకు చికిత్సచేయుటయు, ఈ కమిషన్ వారి విధియై యుండెను. ఈవర్గమున ఒక ఐ.సి.యస్. ఉద్యోగియు, ఒక యింజనీరు, యిద్దరు వైద్యులు, ఒక సైనికోద్యోగియు నుండిరి. 1866 వ సంవత్సరమున, కమిషన్‌లోని యితర సభ్యుల నిలిపివేసి ఒక సేనటరీ కమీషనరును, అతనికి కార్యదర్శిగా ఒక వైద్యుని నియమించిరి. ఈకాలమున, కమీషనరు విధులన్నియును సైనిక సంబంధములుగా యుండుటయేగాక ఈశాఖవలన కలుగు వ్యయమంతయు "మిలిటరీ బడ్జట్"లో చేర్చబడుచుండెను. 1869 వ సంవత్సరమునుండి సేనటరీ కమీషనర్ ప్రజారోగ్యమును పరిపాలింపవలసినవాడుగా నిర్ణయింపబడెను.

టీకాలువేయుట 1802 లో ప్రారంభమైనను, జిల్లా వైద్య శాఖాధికారులే, కొంతకాలము ఈకార్యక్రమము నిర్వహించుచుండిరి.

1865 వ సం॥ నుండి వేక్సినేటర్లు తగిన తర్ఫీదుపొంది టీకాలువేయ నియమింపబడిరి. 1875 నుండి వేక్సినేటర్లు అందరును స్థానిక సంస్థల యుద్యోగములో నున్నారు. 1880 వ సంవత్సరములో జిల్లా వైద్యులను, టీకాలువేయు ఉద్యోగవర్గమును, దేశ పారిశుధ్యమును వృద్ధిచేయుటకు ఉపయోగించవలెనన్న కోర్కె మొలచెను. 1883 వ సంవత్సరములో, జిల్లాడాక్టర్లే జిల్లాపారిశుద్ధ అధికారులుగ నియమింప బడిరి.

1865 వ సంవత్సరమున పారిశుద్ధ రక్షక ఉద్యోగుల సాహాయమున, మద్రాసు రాష్ట్రములోని జనన మరణ లెక్కలను వ్రాసియుంచు పద్ధతి ప్రారంభింపబడెను.

1889 వ సంవత్సరములో, మన రాష్ట్రమునకు శానిటరీబోర్డు ఒకటి ఏర్పరుపబడెను. ఆకాలమున § కర్నల్ కింగు అను మహాశయుడు శానిటరీ కమీషనరుగ నుండియుండుట మద్రాసు రాష్ట్రము యొక్కయు,

§ వీరికి స్మారకచిహ్నముగ మద్రాసులో, గిండీలో, కింగ్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ అను పేరున ఆరోగ్యరక్షణా పరిశోధనాలయము గలదు.

హిందూ దేశముయొక్కయు గొప్ప అదృష్టమనవచ్చును. అతని పరిశ్రమ వలననే మద్రాసు రాజ్యమున నిజమైన శాస్త్రజ్ఞానముగల శానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్లు ఏర్పడుట వీల య్యెను. 1895 కు పూర్వము శానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్లు కొన్ని నగరములలో నుండినను, వారు మ్యునిసిపల్ పన్నులను, రోడ్లు మరామత్తులను, గమనించు చుండిరేకాని పారి శుధ్యమునకై ఎట్టి ప్రయత్నములు చేయకుండిరి. కర్నల్ కింగు సిఫార్సు ననుసరించి గవర్నమెంటు వారు శానిటరీ ఇనస్పెక్టర్లను తరిఫీజు చేయుటకు తగిన ఏర్పాటు చేసిరి. మెట్రిక్యులేషన్ వరకైన చదివినవారే ఈవృత్తియందు శిక్షనొందుటకు యోగ్యులనిరి. అందువలన రాజ్యము లోని ప్రతిస్థానిక సంస్థయు సక్రమశిక్ష నొందిన శానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్లకుతప్ప యితరులకు ఉద్యోగ మివ్వకుండు నట్లు నిర్బంధ శాసనము ఏర్పడెను. ఆరోగ్య విషయము లందు భరతఖండమున కంతకును మద్రాసు రాజ్యము మార్గదర్శి యయ్యెనని మనము సంతోషింప వలసి యున్నది. ఇంతలో 1898 లో ప్లేగు జాడ్యము విశేష ముగా వ్యాపించి అధిక ప్రాణనష్టము కలిగించుటవలన ప్లేగుకమిషను ఒకటి ఏర్పాటు చేయబడెను. ఈకమిషను, ప్లేగు, ఎలుకలనుండి మనుజులకు; ఎలుకల నావరించి యుండు మిన్నల్లులు (Fleas) మూలమున వ్యాపించునని

కనిపెట్టి, వ్యాధి నివారణోపాయముల అనేకముల సూచించిరి. వీరి సిఫారసు వలననే ఇండియా కంతటికిని ప్రజారోగ్య సంరక్షకాధి కారి (Public Health Commissioner) యొకడును, రాష్ట్రములలో కొంతమంది పారిశుధ్య రక్షకోద్యోగులును, నియమింపబడిరి. కేంద్ర ప్రభుత్వమునకు ఆరోగ్యవిషయములయందు సలహానిచ్చుటయే, ఈ ప్రజారోగ్య సంరక్ష కాధికారియొక్క పని. ఆ కాలమున ఆరోగ్య విషయములందు రాష్ట్రముల మీదను, ఇండియా గవర్నమెంటు వారికి సంపూర్ణాధి కార ముండెను.

1902 వ సంవత్సరమునుండి మద్రాసు రాజ్యమున ఆరోగ్యవిషయమై చేయబడిన ప్రయత్నములు ఇవి:— టీకాలువేయుటకు, రసమును, సూదిమందులు, మొదలగు వాటిని తయారుచేయుటకు మద్రాసునగరమున గిండీలో ఒక ఆరోగ్యరక్షణా పరిశోధనాలయ సంస్థ యేర్పరుపబడెను. వేక్సినేటర్ల పనిని పరిశీలించుచుండుటకు శానిటరీ అసిస్టెంట్లను ఏర్పరచిరి. పరిశుద్ధపద్ధతులందు జరుగు పరిశోధనల నెరిగియుండుటకై ఉద్యోగములోనున్న శానిటరీ ఇనస్పెక్టర్లను 5 సంవత్సరముల కొకసారి మద్రాసు మెడికల్ కాలేజీలో నూతన శాస్త్రవిజ్ఞానమును నేర్చుకొను

నట్లు చేసిరి. మలేరియాను అణచుటకు అనేక ప్రయత్న ములు చేసిరి.

1911-1912 లో, ఇండియా కేంద్రప్రభుత్వములో ఆరోగ్యశాఖ ఒకటిప్రత్యేకముగా ఏర్పరుపబడెను. అప్పటి దేశస్థితి చాలదైన్యముగా నుండెను. నగరపారిశుధ్యము ఏమియు లేకుండెను. ప్రజలలో ఆరోగ్యాభిలాష లేకుం డెను. స్థానికసంస్థలకు డబ్బులేనందువలన, ఇష్టము లేనందునను, పారిశుధ్యమును ఆదరించకుండిరి. ఆరోగ్య శాసనములు తృప్తిగా లేకుండెను. స్థానిక సంస్థలకును, ప్రజారోగ్య రక్షక వర్గమునకును, పరస్పరమైత్రి తక్కువగా నుండెను. "భారతీయ పరిశోధకమండలి" స్థాపన మాత్రము భావి శుభ సూచకముగా తోచుచుండెను. ఇట్టి స్థితిలో హిందూదేశ ప్రభుత్వమువారు ప్రతిరాజ్య ములోను, పారిశుధ్యమును పెంపొందించుటకు దగిన ఉద్యోగులను, పెద్ద మొత్తముల ధనమును ఒసగిరి. పండ్రెండుమంది డెప్యూటీ శానిటరీ కమీషనర్లను, 35 మంది నగరారోగ్యాధి కార్లను నియోగించిరి. ప్రజారోగ్య రక్షణయు, పరిపాలనయు, కేంద్ర ప్రభు త్వమువారి అధీనములో నుండెను. అనుచరణ, కార్య నిర్వహణము, స్థానిక ప్రభుత్వముల బాధ్యత అయ్యెను. అన్ని రాజ్యములలోను ఆరోగ్య రక్షణోద్యమము సరి

మైన పథముల ముందుకు నడచుటకు తగిన సలహాలు ఇవ్వబడు చుండెను. కొన్ని రాష్ట్రములలో మండలా రోగ్యాధి కారులు ఏర్పరుపబడిరి.

1916 లో ఇంగ్లీషు నందును, దేశ భాషలయందును, పారిశుద్ధ విషయముల ప్రజలకుగరపుటకు, ఆరోగ్యవిధులు బోధించుటకు, కొందరు ఉద్యోగుల నియమించిరి.

ఇట్టిపరిస్థితులలో 1919 లో (ఇండియా) క్రొత్త పరి పాలనా సంస్కరణలు అమలులోనికివచ్చెను. ప్రజారోగ్య రక్షణ,నూతనసంస్కరణ ప్రణాళికయందు స్థానిక రాష్ట్రీయ ప్రభుత్వమంత్రిచే పాలింపబడవలసియుండెను. కేంద్ర ప్రభుత్వము రాష్ట్రీయ ప్రజారోగ్య సమస్యలలో ఎట్టి బాధ్యతలను, అధికారమును నిలుపుకొనలేదు. ఏవో అఖిలదేశీయ ఆరోగ్యవిషయములందు మాత్రము కొన్ని టిని తమఅధికారమున ఉంచుకొనిరి. అవిఏవనగా:— (1) హిందూదేశమునకు వెలుపలపోవు యాత్రికుల ఆరో గ్యము. (2) ఓడరేవులలో అంటురోగములు సోకిన ప్రయాణీకులను, ఓడలను పరిశీలనలోనుంచుట. (3) ఓడ రేవులందును, స్టీమరులయందును తగిన వైద్యశాలల నేర్పరచుట. (4) రోగనివారణకై పరిశోధనలు సలుపు ఏర్పాటులు చేయుట. (5)జననమరణలెక్కలు తయారు

చేయుట. (6) అంతర్జాతీయ ఆరోగ్యసమస్యల తీర్మానించుటయందు పాల్గొనుట. ఈ నూతన సంస్కరణలవలన రాజ్యములలో ఒకదానితో నొకటి సలహాపడుటయు, కేంద్రప్రభుత్వమువలన అన్నిరాజ్యములకును నుపయోగించు సలహాలనొందగలుగుటయు నిలిచిపోయినవి. అనగా ప్రతిరాజ్యము తనయిష్టమువచ్చినట్లు సంపూర్ణ స్వేచ్ఛతో ఆరోగ్యరక్షణోపాయములు ఏర్పరచుటకు వలనుపడెను. ఈ పద్ధతిలోని లోపములు సులభగ్రాహ్యములు. ఇరుగుపొరుగు రాజ్యములలో నేమిజరుగునదియు మనకు తెలియకుండును. రాష్ట్రీయసహకారము బొత్తిగా లేదు.

ఇప్పుడు స్థానిక ప్రభుత్వము వారు ఈక్రిందివిషయముల పాలింతురు. (1) ప్రజారోగ్యము పారిశుద్ధ్యము, ఉదా:— పల్లెటూళ్లయందు నీటివసతులు వృద్ధిచేయుట. ఆహార పదార్థములలో కలితీ యుండిన అట్టిపనులు చేసినవారికి జుల్మానాలువేయించుట. (2) బ్రిటిషు ఇండియా లోపల సంచరించు యాత్రికుల ఆరోగ్యమును రక్షించుట. సంతలు, తిరునాళ్లు, పుష్కరములు మొదలగు సమయముల గుమిగూడు ప్రజల ఆరోగ్యరక్షణ కై ఏర్పాటులు చేయుట. (3)ఓడరేవుల ఆరోగ్యరక్షణ, విశాఖపట్టణము, కాకినాడ, మొదలగు నగరారోగ్య శాఖాదికారియే

ఓడరేవుల ఆరోగ్యమును రక్షించును. గోపాలపురము, భీమునిపట్నమున గవర్నమెంటు వైద్యులే ఈవిధుల నెర వేర్తురు. (4) జనన మరణలెక్కలను చక్కగా వ్రాయించియుంచుట. (5) కార్మికులయొక్కయు, పొగ, దుమ్ము, దుర్వాసనలు మొదలగువాని వలన ప్రజలయొక్కయు ఆరోగ్యము చెడకుండ రక్షించుట.

1919 సం॥లో నూతనసంస్కరణములు అమలులోనికి వచ్చినతోడనే, మనరాజ్యమున వాడుకలోనుండిన పరిపాలనా విధానమును గమనింపుడు - మద్రాసు ప్రభుత్వమున రాష్ట్రీయారోగ్య శాఖాధ్యక్షు డొకడుండెను. వీరి యాజ్ఞ ప్రకారము నడుచుకొను 'కలరాచికిత్సక వర్గ' ములు 8 యుండెను. ఒక అసిస్టెంటు సర్జను, 10 మంది శానిటరీయిన్స్పెక్టర్లును కలసి ఒక కలరాపార్టీగ నియమింపబడి, తద్రోగ నివారణోపాయముల నరసి, పాటుబడుచుండిరి. ప్లేగు చికిత్సమాత్రము డిస్ట్రిక్టు మేజస్ట్రేటుల అధికారములోనుండి, ప్లేగు ఇనస్పెక్టర్లవలన నిర్వహింపబడుచుండెను. స్థానికసంస్థలు, జిల్లా వైద్యశాఖాధికారుల సలహాలస్వీకరించి, వేక్సినేటర్లచేత టీకాలువేయించుచు, శానిటరీ ఇనస్పెక్టరులచేత పురపరిసరముల పారిశుద్ధ్యమును కాపాడుచుండిరి.

పైనవర్ణింపబడిన పరిపాలనా విధానమున నుండిన లోపములు అనేకములు:—

(1) కలరా ఒక తాలూకాలో అగపడినంతనే గ్రామ మునసబులు రిపోర్టుచేయుటకు ఆలస్యము చేయుచుండిరి. వారి రిపోర్టులు మద్రాసుకుచేరి, అటనుండి కలరాచికిత్సక వర్గములు బయలుదేరి కలరా రేగుచుండినచోటికి వచ్చు సరికి విశేష ప్రాణనష్టము కలుగుచుండెను.

(2) కలరా వ్యాపించకుండుటకు ప్రయత్నములు వీలుకావయ్యెను.

(3) రానుపోను చార్జీలు చాలా హెచ్చుగా నగుచుండెను.

(4) వాక్సినేటర్లమీాద ప్రభుత్వమువారికి ఏ అధికారము లేకుండెను.

(5) ప్రతి అంటువ్యాధికిని ప్రత్యేక ఉద్యోగుల నియమించుటవలన ధనవ్యయ మధిక మగుచుండెను.

(6) జిల్లాలోని ఆరోగ్య విషయక కార్యముల సరి చూచుటకు అధికారి లేకుండెను. జిల్లావైద్య శాఖాధికారి జాగ్రత్తగా ఆరోగ్య విషయములను చూచుటకు తగినంత వ్యవధి లేకుండెను. స్థానిక సంస్థలవలన నియమింపబడిన ఉద్యోగులపై ఎట్టి అధికారియు లేకుండెను.

1922 జూన్‌లో మద్రాసు గవర్నమెంటు వారు ఒక నూతన పధకమును అవలంబించిరి. వారి స్వాధీనములో నుండిన ఆరోగ్య పారిశుద్ధ్య వర్గముల నందిరిని నొకే శాఖగా సమ్మేళనముచేసి, వీరి నందరిని అయిదు జిల్లాలలో మండలారోగ్య శాఖాధి కారుల క్రింద పని చేయునట్లు నియమించిరి. ఈ మార్పువలన అనేక లాభములు కనుబడెను. ఆరోగ్య వర్గమువారు కలరా మొదలగు వ్యాధులు ఎచటనైన పొడచూపిన తోడనే వానిని గుర్తించుటకును, తక్షణమే వానిని అణచి వేయుటకును వీలు కలిగెను. ఈ లాభములను గమనించి గవర్నమెంటు వారు ప్రతి జిల్లాలోను ఇదే పరిపాలనా విధానము ప్రవేశపెట్టిరి. ప్రస్తుతము ప్రతి జిల్లాలోను ఒక Ist class హెల్తాఫీసరును, ఒక రిద్దరు 2nd class హెల్తాఫిసర్లును, 8 మొదలు 15 వరకు శానిటరి ఇనస్పెక్టర్లును ఉన్నారు. రాజ్యములోని పురములలో ఏబదింట హెల్తాఫీసరులు నియమింపబడి యున్నారు. వర్తమాన కాలమున మద్రాసు రాజ్యమున ఆరోగ్య రక్షణచేయు అధికారవర్గము చాల విరివియైనది. ఆరోగ్య శాఖమంత్రి రాష్ట్రారోగ్య పరిపాలకుడు. వీరికి, కార్యదర్శిగ సహాయపడుటకు ఒక I. C. S. ఉద్యోగి నియమింపబడి

యున్నాడు. పెద్దపెద్ద ఆరోగ్య సమస్యల పరిష్కరించుటకు వీరికి సంపూర్ణాధికారము గలదు.

ఆరోగ్యశాఖ యందలి సిబ్బంది యొక్కయు, ఆఫీసర్లయొక్కయు కార్యక్రమమును, ఉత్సాహనైపుణ్యము పరీక్షించుచు, నూత్న పథముల త్రొక్కి ప్రజారోగ్య రక్షణ మొనర్చుటకు ఆరోగ్య శాఖాదికారి (Director of Public Health) యొకరుకలరు. వీరికి తోడ్పడి, ఒక్కొక ప్రత్యేకశాఖను నడిపించు బాధ్యత వహించువారు, రాష్ట్రియోపాధికారులు ఐదుగురు కలరు. ఒకరు మద్రాసు మెడికల్ కాలేజిలో అధ్యాపకులు; రెండవవారు రాజ్యమందలి అంటువ్యాధుల వ్యాపకమును గమనించి వాని నరికట్టుటయందు జాగరూకులై యుండును. మూడవవారు దేశమున టీకాలు వేయుపని జక్కగ జరుగుచున్నదో లేదో గమనించుచుండును; నాలుగవవారు ఆరోగ్య విజ్ఞానప్రచారము, జననమరణ లెక్కలు మొదలగు వానిని విచారించు చుండును. అయిదవవారగు ఉపాధికారిణి, రాజ్యమందలి గర్భిణులరక్షణ, శిశు సంరక్షణ మొదలగు కార్యక్రమముల తనిఖీ చేయు చుండును. ఇది రాష్ట్రియ సమస్యలపాలన. ఇక జిల్లా మునిసిపాలిటీలయందు మొదటిరకము 'హెల్తుఆఫీసర్లును' రెండవరకము హెల్తుఆఫీసర్లును, ఆరోగ్య శాఖాధికారు

లుగ నున్నారు. మనరాజ్యమున 50 మంది ఫస్టుక్లాసు హెల్తు ఆఫీసర్లును, అంతకంటె యెక్కువమంది సెకండు క్లాసు హెల్తు ఆఫీసర్లును కలరు. ప్రతిజిల్లాకు ఒక ఫస్టు క్లాసు హెల్తు ఆఫీసరును, వారి యాజ్ఞాను బద్ధులుగ ఒక రిద్దరు సెకండుక్లాసు హెల్తు ఆఫీసర్లును ఉందురు. పెద్ద మునిసిపాలిటీలలో, మొదటిరకము ఆఫీసర్లును, చిన్నవాని యందు రెండవ రకమువారును, ప్రజారోగ్య రక్షణకు నియమింప బడుచున్నారు. ఈ హెల్తు ఆఫీసర్ల యాజ్ఞాను సారముగ టీకాలువేయుటకు 815 మంది వేక్సినేటరు లును, 300 మంది, హెల్తు ఇనస్పెక్టరులును మనరాజ్య మున కలరు. ఇక అనధికార సంస్థలు, అనధికార వర్గము వారి స్వచ్ఛంద సైనికులును కొందరు ఆరోగ్య రక్షణ యెడ అప్రమత్తులై యుందురు.

ఆరోగ్యశాఖ కార్యనిర్వహణమునకు ప్రభుత్వ వర్గము నందు ప్రజాభ్యుదయ శాఖ లనేకముల సహకారము అత్యవసరము. జలదారులు, నీటివసతులు, గృహములు, నగర నిర్మాణములకు ఇంజనీరింగుశాఖ, ఆరోగ్య ప్రచా రముకు విద్యాశాఖ, భోజన పదార్థము లందుటకు వ్యవసాయ శాఖ, పశురోగముల బారినుండి ప్రజల కాపాడుటకు పశువైద్యశాఖలు, అట్లే యితర ప్రయో జనములకు లేబరుశాఖ, "ఫ్యాక్టరీ" శాఖలు, ఆరోగ్య

చట్ట నిర్మాణమునకును, శాసనోల్లంఘనమును శిక్షించు టకు న్యాయ విచారణశాఖలును, తోడ్పడినగాని ఆరోగ్య రక్షణ ప్రయత్నములు సఫలీకృతములు కాజా లవు. ప్రజారోగ్య సంరక్షణ యందిట్లు పలుశాఖల సహ కారమును అర్థించు విశాలదృష్టి ఈ తరములోనే జనించి నవిగాన, యింకను కొంతకాలమునకు గాని యిట్టి ఆదర్శ పరిస్థితులు సమకూరవు.

ఆరోగ్యశాఖ వారి నిజధర్మముల సూచించుటకు కర్నల్ వెబ్బ (ఆరోగ్య శాఖాధికారి) ఈ క్రింది ఉదా హారణము నిచ్చుచున్నాడు:—

"ఆరోగ్యరక్షక చట్టముల గ్రహించుటకు మనుజుడు కొంతమట్టుకైన చదువుకొన్నవాడుగా నుండవలెను. క్షుద్బాధతో చదువుకొనునా? కాబట్టి మంచిఆహార ములు తగినంత యుండవలెను. భూమిని సరిగా దున్ని, పైరు పెట్టవలెను. మంచిపనిముట్లును, ఎడ్లును కావల యును. కాపువాడు జబ్బుపడినను, వాని పశువులకు పీడలు కలిగినను బాగుచేయు వైద్య శాలలుండవల యును. ఇట్టిస్థితిలో ఆరోగ్యశాఖవారు ప్రవేశింతురు. రోగముసోకినవారు యితరులకు వ్యాపింపచేయకుండ అడ్డు దురు. అట్లు చేయనియెడల పొలములలోను, కర్మాగార

ములలోను, ఆఫీసులలో నుండువారికి రోగము వ్యాపించును. అందువలన నిరుద్యోగము, ఉపవాసములు, అవిద్య, ప్రజారోగ్య నాశనమును కలుగును. కాబట్టి ప్రభుత్వ పరిపాలనా శాఖలన్నియును, ప్రజలును, అనధికార వర్గమువారును, బుద్ధిపూర్వకముగా శక్తికొలది సహకారముతో కృషిసల్పినగాని ఆరోగ్యరక్షణ ఫలయుక్తముగాదు.

(1) ప్రస్తుతము అగమ్య గోచరముగానుండు స్థానిక ప్రభుత్వ స్థానిక సంస్థల పరస్పర సంబంధములు బాధ్యతలు, అధికారములు ఖచ్చితముగా నిర్ణయింపబడవలెను.

(2) ఆరోగ్య చట్టముల నమలులో నుంచుటకు తగిన ఏర్పాటులు, నిబంధనలు ఏర్పడవలెను.

(3) ఇండియాలో 100 కి 90 మంది గ్రామవాసులు గాన గ్రామ ఆరోగ్యము రక్షించుటకు ఎక్కువ ప్రయత్నములును, ధనవ్యయమును కావలయును.

(4) వైద్యులును, రాజ్యాంగవేత్తలును, ప్రజాసామాన్యమును, ఆరోగ్య రక్షణయందు అప్రమత్తులై, ఉత్సాహముతోను, వివేకముతోను, శాస్త్రీయదృష్టితోను సర్వప్రయత్నములు సలుపవలెను.

---

2. ప్రజాయురారోగ్య రక్షక శాసనములు

(విశాఖపత్రిక : 1934 ఏప్రియల్ 25, మే 2, 29)

"What are the general principles justifying compulsion in public health ?

The end aimed at must be one that cannot be achieved to an equal extent, or within a reasonable time, by educational measures, not including compulsion. The practicability of compulsion must be plain and it must be equally plain that the enforcement is endorsed by a majority of the community".

—*Sir Arthur Newsholme,*

(Health problems in organized society.)

ప్రజాసంఘముయొక్క- ఆరోగ్యాదర్శములు, తదితర శాసనములవలె సర్వజనాదరణీయములు, అనుల్లంఘనీయములు. వాటి యుద్దేశము - ఏ వ్యక్తియు తన ఆరోగ్యమును రక్షించుకొనుట, స్వప్రయత్నములవలన గాక మించినయెడల, అట్టి తరుణముల తోడ్పడుటయే. దుర్వాయువు, మురికినీరు, చెడిన ఆహారపదార్థములు, అంటువ్యాధులు, యంత్రశాలలో పనిచేయుట మొదలగువాటివలన కలుగు కీడులనుండి వ్యక్తిని రక్షించు

టయే ఈ శాసనముల ఆదర్శము. శాసనములవలన వ్యక్తియొక్క ఆత్మనిగ్రహశక్తుల కవకాశము లేకపోవు నను మాట నిజము. ఆత్మశక్తుల నుపయోగించ నెరుగని వారిని, పెడసరమువలన ఆత్మ నిగ్రహము చేయకుండు వారిని, శాసనముల వలన న్యాయమార్గబద్ధుల చేయ వచ్చును. జీవశాస్త్రము, మానవశాస్త్రము పఠించిన యెడల మనుష్యులు, జంతువులనుండి క్రమముగా ఏర్ప డినవారను సూచనలును, ప్రమాణములును, మనసునకు తట్టక మానవు. బిడ్డ గర్భమున నుండుకాలమున తల్లి శరీరమార్పులను చూపుననియు, మానసికముగా, అనాది జాతులలోనేగాక నాగరికులలోను, క్రూర స్వభావము, విచిత్ర సమ్మకములు, బుద్ధి వైపరీత్యములు, మొదలగు నవి సామాన్యమే యనియు తెలియుచున్నది. అందు వలన విజ్ఞాన ప్రచారము మాత్రమేకాక నిర్బంధ శాసన ములును అవసరమగుచున్నవి. ప్రతిజాతి జీవితమునందును ప్రజారక్షకభటులు (Police men) యేర్పాటు చేయ బడినతరువాతనే బిడ్డలకు పెద్దలకు విద్యాగరపు ఉపా ధ్యాయులు పనిచేయుటకు వీలయ్యేను. బోధకులు తమ కార్యమును నిర్వర్తించుకొలది వివేకవంతులగు తల్లిదం డ్రులు తమ బిడ్డలకు సత్ప్రవర్తన, ఆరోగ్యమతాభి లాషయు నేర్పుకొలది, రక్షకభటులయొక్కయు, శాసన

ములయొక్కయు ఆవశ్యకత తగ్గుచుండును. ఎట్టి నిర్బంధమైనను మనుజునకు అసహ్యాకరముగను అనిష్టముగ నుండును. జాక్సురస్సూ (Jacques Rousseau) "మనుజుడు సహజముగా స్వేచ్ఛను కలిగియున్నాడు. అయినను ఎటుజూచినను గొలుసులతో కట్టబడియున్నాడు" అనెను. సాంఘిక జీవితములో మనుజుని స్వేచ్ఛ కొంతవరకు, నియమబద్ధముగా నుండినకాని సంఘము సుఖపడదు. బర్కు (Burke) మహాశయుడు చెప్పినట్లు స్వేచ్ఛ సంతోషదాయకముగ నుండుటకు కొన్ని నియమముల ననుసరించవలెను. ఆధునిక పరిపాలనాపద్ధతుల ప్రకారము బహుసంఖ్యాకులగు ప్రజలు తమ ప్రతినిధుల మూలమున దేశపాలనము నడపింతురు. అందువలన ప్రజారోగ్య చట్టములు ప్రజా బాహుళ్యముయొక్క వాంఛితములే యని నమ్మవచ్చును. ప్రతిమనుజుడును వివేకియై విజ్ఞానవంతుడై స్వార్థపరుడుగాక పరోపకారియై యుండెనేని నిర్బంధశాసనముల అవసరమే యుండదు. కాని ప్రజలలో నూటికి తొంబదితొమ్మిదికి న్యాయసూత్రములు, సత్ప్రవర్తనయు గ్రంథస్థములు మాత్రమే. ప్రత్యక్షముగా వారియెదుట కొన్ని సాంఘిక దృష్టాంతరము లుండినంత మాత్రమున వారు అనుకరించుటయు లేదు. అందువలన శాసన నిర్బంధముపై నాధారపడ,

వలసియున్నది. అట్టి శాసనముల నమలులో పెట్టుట వలన ప్రజాపీడలు తగ్గుటయు, ఇతర మెరుగులు పుట్టకుండుటయు నిశ్చయమైనయెడల, ప్రజాబాహుళ్యము, ప్రభుత్వము, వీటిని దేశమునందెల్ల నిర్బంధ విధులుగ నిర్ణయించుట సమంజసమే. ప్రజలును ప్రభుత్వమువారును, శాసనముల నేర్పరుచుటతో తృప్తిపడుటకన్న, ఉండు శాసనములను జవదాటక ప్రజలు ప్రవర్తించునట్లు చేయవలెను. శాసనోల్లంఘన చేసినవారిని శిక్షించినకాని శాసన గౌరవము దక్కదు. శాసనముల నిర్మించుటయందు ఇంకొక విషయము గమనించవలెను. ఏ దురలవాటులను, హానికరములగు పరిస్థితులను, అణచు నుద్దేశముతో శాసన మేర్పడుచున్నదో, అవి చాల హానికరములుగను, యెడతెగనివిగను ఉండవలెను. ఎంతటి విద్యాబోధనయు, వాటిని, అంతరింపలేకుండవలెను. ప్రజాబాహుళ్యముయొక్క మాటలవలన త్వరలో అంతమొందనివిగా నుండవలెను. శాసనము ఏర్పడిక్రమముగా అది అంగీకరింపబడుననియు విరుద్ధాభిప్రాయములు గలవారి సంఖ్య నానాటికి తగ్గిపోవుననియు సూచనలుండవలెను.

ప్రజారోగ్య శాసనములు క్రమక్రమముగా అడుగడుగుగా ముందుకు వచ్చుట వింతకాదు. ప్రథమమున,

శుచి పారిశుధ్యములు శాస్త్రముగా నేర్పడవలసి యుండెను. ప్రజలలో యీ శాస్త్రజ్ఞానమును ఆచరణలోనికి తెచ్చుటకు వాంఛ కలుగవలసి యుండెను. పూర్వపు శాసనములన్నియు ముఖ్యముగా పరిసరముల స్థితులను గమనించెను; జలదారులు, నీటివసతులు, వీధులు శుభ్రముచేయుట అంటువ్యాధిగ్రస్థుల ప్రత్యేకించుట, మొదలగువాటిపై దృష్టిపోనిచ్చెను. తర్వాత వ్యక్తి ఆరోగ్యమునెడ కొంత శ్రద్ధచూపెను. గర్భిణీ రక్షణ, శిశు సంరక్షణ, బడిపిల్లల ఆరోగ్యము, క్షయరోగుల చికిత్స, సుఖవ్యాధుల నణచుట మొదలగు ప్రయోజనములకై శాసనము లేర్పడినవి. ఈమధ్య కొన్ని దేశములలో సంతానమును పొందుటకు అయోగ్యులగువారికి శస్త్రచికిత్స చేసి సంతానోత్పత్తి శక్తుల నిర్మూలము చేయుటకును, వివాహమునకు పూర్వము వధూవరులు డాక్టర్లచే ఆరోగ్యపత్రముల పొందినకాని పెండ్లిచేసికొనరాదనియు కొన్ని చట్టములును అమలులోనికి వచ్చుచున్నవి.

మద్రాసు రాజ్యమున నిజమైన ఆరోగ్యశాసనములు 1884 లో ఏర్పడినవి. చిన్న "యూనియను"లు, పెద్ద "యూనియనులు" గ్రామములవీధులనుశుభ్రపరచుటయు, మురికి కాలువలు ఏర్పరుచుటయు, నూతుల త్రవ్వించుటయు, మంచినీటివసతులు కలిగించుటయు, పారిశుధ్య

మును వృద్ధిచేయుటయు వీరి విధులుగా నిర్ణయింపబడెను. ''మ్యునిసిపాలిటీ''లు యీ చట్టములోని అధికార మును ఉపయోగించి యుండినయెడల ఎంతో లాభకర ముగా నుండెడిది. ఏ కొద్ది పురపాలక సంఘములు మాత్రమే ఆరోగ్య పరిశీలనాధికారుల సిపారసులను గమనించి తదనుగుణ్యముగ పనిచేయుచుండిరి. అనేక మ్యునిసిపాలిటీలు పారిశుధ్యమన్న నిరాదరణ గలిగి యుండిరి. పేరునకు డబ్బుచాలక ఆరోగ్య కార్యక్రమము కొనసాగించలేమని చెప్పుచుండినను సత్యము శ్రద్ధ లేకుం డుటయే.

1920 సంవత్సరములో పూర్వపు చట్టము లన్నియు కలిపి ఒక చట్టముగా ఏర్పాటు చేసిరి. దీనివలన మ్యునిసి పాలిటీలకు పారిశుధ్య రక్షణకు ఎక్కువ అధికార ములు ఒసంగబడెను. విశేష ధనవ్యయమగు ప్రయత్న ముల వెనుకకువేసినను, ఉత్సాహమును, శ్రద్ధయు ఉన్న యెడల, మ్యునిసిపాలిటీలు ధనవ్యయ మధికము చేయకయే, చాలవరకు ఆరోగ్యకరములగు పనుల చేయించవచ్చును. అట్టివే వందురు ? టీకాలు వేయుటకు యేర్పాటులు వృద్ధిచేయుట, జనన మరణ లెక్కలను యిప్పటికంటె జాగ్రతగా వ్రాయించుట, అంటువ్యాధుల నణచుట, అనారోగ్యకరములగు వృత్తులపై తనిఖీచేయుట. పుర

పారిశుధ్యమును వృద్ధిచేయుట, తనిఖీచేయు ఆరోగ్య శాఖాధికారులు వ్రాయు సూచనల గమనించిన, యెంతో మేలు చేయగలరు. నేడన్ననో, ఆ "సిపారసు"లన్నియు "బుట్టదాఖలా" అగుచున్నవి.

మద్రాసురాజ్యములో అమలులోనుండు ముఖ్యమగు ఆరోగ్యశాసనములు క్రింద పేరుకొనబడియున్నవి.

1. మద్రాసు సిటీ మ్యునిసిపాలిటీ యాక్టు. 1919.

2. మద్రాసు డిస్ట్రిక్టు మ్యునిసిపాలిటీలయాక్టు 1920.

3. మద్రాసు లోకలు బోర్డుల యాక్టు.

ఈ మూడు చట్టములందును నీటివసతులు, వీధుల దీపములు పెట్టుట, మురికికాలువల నేర్పరుచుట, వీధులను తుడిపించుట, నీళ్లు జల్లించుట, స్థలాక్రమణాలు, గృహనిర్మాణ చట్టములు, మలమూత్ర విసర్జన మొదలగు న్యూసెన్సులు, అసహ్యకరములగు వ్యాపారములకు పన్ను తీసుకొని లైసెన్సు లిచ్చుట, మరణించినవారి శవముల నిర్మూలముచేయుటకు ఏర్పాట్లు, వ్యాధి నిరోధక ప్రయత్నములు, జనన మరణ లెఖ్ఖలు వ్రాయుటయు యీ సంస్థల విధులుగా నిర్ణయింపబడియున్నవి.

అపాయకరములగు వ్యాధుల క్రింద పేర్కొనబడినవి యివి :

1. ఆంత్రాక్సు. 2. తట్టు (Measles). 3. కలరా. 4. డిప్తీరియా. 5. టైఫాయిడు జ్వరము. 6. గ్లాండర్సు. 7. కుష్ఠురోగము. 8. ప్లేగు. 9. మశూచకము. 10. క్షయ.

ఈ చట్టము లన్నిటిలోను, చట్టములలోనుండు విధులకు వ్యతిరేకముగా నడచినవారి కొసగవలసిన శిక్షయు, జరిమానాలును వివరింపబడియున్నవి.

4. మద్రాసు గ్రామపంచాయితీల యాక్టు, 1923.

గ్రామపంచాయితీలు, గ్రామముయొక్క నీటివసతులను, మురికికాలవలను, పెరటిదొడ్ల నేర్పరుచుటకును, వీధుల శుభ్రముచేయుటకును అధికారములు కలిగియున్నవి. కొన్ని వృత్తులమీదను, అంగళ్లు, బండ్లదొడ్లు, పశువుల దొడ్లు, జంతువులకోయు తావులు మొదలగు వాటిమీద పన్నులు వసూలు చేయవచ్చును.

5. మద్రాసు టౌను ప్లానింగుయాక్టు, 1920.

నగరమును సొంపుగ నుంచుటకును, నగరవాసులకు పారిశుధ్యము, సుఖము నిచ్చుచుండుటకై యీ యాక్టు ఏర్పరుపబడినది. నగర నిర్మాణమునకు తగిన సలహాలను యిచ్చుటకు గవర్నమెంటు అధికారి యొకరున్నారు. అతని సలహాపై నగరనిర్మాణములు జరుగుచున్నవి.

6. మద్రాసుటౌను న్యూసెన్సుయాక్టు, 1899.

ఈచట్టములో వీధులలో చెత్త, మట్టి పోసినందుకును, వీధిలో మూత్రవిసర్జన చేసినందుకును, అపాయకరమగు కట్టడములు, గోడలేనిబావులును ఉంచినందులకు యింటి నుండిగాని, ఫ్యాక్టరీనుండిగాని దుర్వాసనలనిచ్చు పదార్థ ముల వీధిలోనికి వదలినందుకుగాని, జరిమానాలు,శిక్షలు యేర్పరుపబడియున్నవి.

7. ఇండియన్ ఫ్యాక్టరీల యాక్టు.

వీనిలో ఆరోగ్యము, ప్రాణరక్షణ అను అధ్యాయ మున ఫ్యాక్టరీలలో నుండవలసిన పారిశుధ్ధ్యము, గాలి వచ్చుచు పోవుచుండుటకు ఏర్పాటులు, వెలుతురు, పరి శుద్ధమైన త్రాగెడి నీరు, పాయిఖానాలు, యంత్రముల చుట్టును కంచెలు, స్త్రీలను, పసిబిడ్డలను, కొన్ని వృత్తు లలో కూలీలుగా నుంచకుండుటకు విధులు, యేర్పాటు చేయుబడినవి.

8. రిజిస్ట్రేషను ఆఫ్ బర్త్సు అండ్ డెత్సు ఆక్టు, 1899.

తల్లిదండ్రులుగాని, మంత్రసానిగాని యింటిలో యే పురుషుడుగాని, 15 రోజులలోగా బిడ్డపుట్టుకను తెలియ జేయవలెను. చావులను 4 రోజులలోగా తెలియజేయ వలెను. ఆసుపత్రిలో సంభవించు జననములు, మరణ

ములు, వైద్యులే తెలియజేయవలెను. జననమరణముల తెలుపనియెడల 10 రూపాయలు జులమానా వేయబడును.

9. ఎపిడమిక్ డిసీజస్ ఆక్టు, 1897.

అంటువ్యాధుల నణచుటకు ఇండియా గవర్నమెంటు వారికి అధికారమున్నది. ప్లేగు వ్యాధిని అణచుటకు అధికారమును మద్రాసు రాజ్యప్రభుత్వమునకు ఒసగియున్నారు. దేశములో ప్లేగు వ్యాపించుకాలమున గవర్నమెంటు అధికారులకుగల అధికారమును, ప్రజలయొక్క బాధ్యతలును, వీనిని గమనించనియెడల శిక్షలు నిర్ణయింపబడినవి.

10. మద్రాసు ఫుడ్స్ అండు డ్రగ్సు ఆక్టు, 1918.

ఆహారములలో నితరపదార్థములను కలుపు వాడుకను నిలుపుటకు యిది ఏర్పడినది. ఆహారమనగా మందులును, త్రాగు నీరునుతప్ప, ఆహారమునకుగాగాని పానీయముగగాని ఉపయోగింపబడునవియు, వానిని వండుటలో మసాలాలనుగా ఉపయోగింపబడునవియు, యిందులో చేరును. మన రాష్ట్రమునకు పబ్లిక్ అనలిస్టు అను ఒక ఉద్యోగి నేర్పరచి అతనిచే వివిధభాగములలో వాడుకలో నుండు ఆహారపదార్థముల తనిఖీచేయించి కల్తీ చేసినవారిని శిక్షించుచున్నారు.

12. ఇండియను పీనలుకోడు.

పబ్లిక్ న్యూసెన్సులు, అజాగ్రతవలన అంటువ్యాధులు వ్యాపింపజేయుట, అన్న ఆహారపానీయములలో, మందులలో యితరపదార్థముల కలుపుట, నీటివసతులలో మురికి కలుపుట, మొదలగువాటికి శిక్ష విధించుపద్ధతు లున్నవి.

12. క్రిమినల్ ప్రొసీజరుకోడు.

ఇందునను పబ్లిక్ న్యూసెన్సులు చేసినవారికి శిక్షలు విధింపబడియున్నవి.

13. ఇండియను పోర్టుస్ అమెండుమెంటు ఆక్టు.

ఓడరేవులలో వచ్చుచు పోవుచుండు నౌకలలోని అంటువ్యాధులుగల మనుజులను ప్రత్యేకించి చికిత్స చేయుటకు యేర్పాటులు, విధులును చేర్చబడియున్నవి. ఇట్లే రైల్వే స్టేషను మాస్టర్లును, ఆప్రదేశమందలి కరిణములకు, రైలులోనుండి దిగు కలరా, అమ్మవారు మొదలగు అంటువ్యాధులు సోకిన రోగుల రాకపోకల రిపోర్టు చేయవలెను.

హిందూదేశమున ♦ప్రజారక్షక శాసనము ప్రత్యేకముగా నొకటిలేదు. అట్టిది ఒకటి ఉండుట అత్యావసరము.

♦1937 లో డాక్టరు రాజన్ గారు, ఆరోగ్యమంత్రిగానుండి, మద్రాసు రాజ్యమున ప్రజారక్షకశాసనము చట్టముగ అమలులోనికి తెచ్చి, హిందూదేశమున కంతకు మార్గదర్శకులైరి.

ఆరోగ్యశాఖాధికారులు సిపారసుచేయు ప్రజారక్షక కార్యక్రమములను స్థానికసంస్థలు తప్పక నెరవేర్చవలెను. మ్యునిసిపాలిటీలు, పచ్చు వరుంబడిలో కొంత మొత్తమును, ఏదో యొక వంతును, ఆరోగ్యదాయకములగు కార్యములపై వినియోగించుటకు నిర్బంధముండవలెను. శాసనములు మాత్రమేకాక, శాసనోల్లంఘనము చేసిన స్థానిక సంస్థలను దండించవలెను. పారిశుద్ధ్యసూత్రములు ఆధునిక శాస్త్రవిజ్ఞానమును క్రోడీకరించవలెను. ప్రభుత్వమువారు యేర్పరచిన "హెల్తుబోర్డు"తో ఆరోగ్యశాఖాధికారి క్రొత్తచట్టముల అవసరమైనప్పుడు ఏర్పాటు చేయుటకు అధికారము కలిగియుండవలెను. అట్టి చట్టముల నన్నిటిని డబ్బు యిబ్బంది లేనంతమట్టుకు స్థానిక సంస్థలు అనుష్టించునట్లు ప్రభుత్వమువారు విధించవలెను.

ప్రజాసామాన్యములో, అధికసంఖ్యయొక్క మూర్ఖత్వమును, కొద్దిమందియొక్క బుద్ధివైపరీత్యమును, ప్రజారోగ్య నాశనమునకు కారణములు. ప్రజలలో విద్యావంతులు స్థానిక సంస్థలలో జరుగు దుర్నయములను, ఆరోగ్య నిరాదరణమును, హేళనచేయుటతో తృప్తినొందక, తాముసు, పౌరులకు ఆరోగ్యాదర్శములనేర్పుచు, వాటికై ఎల్లరుపాటుపడునట్లు ప్రయత్నించుట న్యాయము. అనధికార వర్గమువారును, స్థానిక సంస్థలయందు సభ్యు

లుగ నుండువారును, ప్రభుత్వోద్యోగుల సలహాలపై నాధారపడుట మాత్రమె తమ ధర్మముగ నెంచక, ఒక్కొక్క సభ్యుడును ఒక్కొక్క ప్రత్యేక సమస్యను పఠించి, అనుభవమును సంపాదించి, పురమును చక్క చేయుట దేశాభ్యుదయకరము.

శాసనముల అవశ్యకతనుగూర్చి యింత చెప్పితిని. కాని, ప్రజల ప్రయత్నములు లేక, వ్యక్తియొక్క సత్ప్రవర్తన లేక, శాసనములే, సాధింపగలలాభము కొద్ది మాత్రమని జ్ఞాపకముందుంచుకొనుటయు మంచిది.

"How small of all that human hearts endure, that part which kings or laws can cause or cure."

—*Oliver Goldsmith.*

3. ప్రజాయురారోగ్య విధ్వంసక ప్రాణులు

(రెడ్డిపత్రిక: 1934 మే 26, జూన్ 2, జూలై 7,14,21,28)

మానవుని ఆయురారోగ్యములు, ప్రకృత్యతీతము లగు దేవతలు, దయ్యములు మొదలగువాని ఆగ్రహా నుగ్రహములపై నాధారపడి యుండుననను నమ్మకము తగ్గుకొలది, ఆధునికయుగమున ప్రజల యాయురారోగ్య సౌఖ్యములకు ప్రతిబంధకములై, హానికరములై, మృత్యు దేవత సిబ్బందివలె, జనుల చుట్టుముట్టియుండు ఘాతుక శత్రుప్రాణులు క్రమముగా గుర్తింపబడుచున్నవి.

జనక్షయమునకు దేశకాల పరిణామమునుబట్టి కారణములు మారుచుండును. శీతోష్ణ స్థితిగతులు, ఉప్పెనలు, తుపానులు, వరదలు, పిడుగులు, భూకంపములు, ఉల్కాపాతములు, నగాగ్రములనుండి బండలు దొర్లుట, ప్రకృతి శక్తియొక్క భయంకరోత్పాతములు, సృష్ట్యాది నుండి నేటిదనుక వివిధ ఖండముల, ప్రజానాశన మొనర్చుచునే యున్నవి. ఈ వ్యాసమున వానికి తావులేదు. జన నష్టమొనర్చు ప్రాణులగురించి మాత్రము విచారిం

తము. పురాణములలోను, గాథలలోను, ప్రజా నష్టము నకు ముఖ్య కారణము రాక్షసులు. అనాగరిక జాతుల వారు కొందరు నరమాంసభక్షకులై యుండిరనియు మనము చదువుచున్నాముగదా. శక్తిపూజలకు, వనదేవతలకు నరబలులు అర్పింపబడుచుండెనని వినికిడి. ఈ కారణములవలన జనక్షయము వర్తమానకాలమున యెంత మాత్రమును లేదనవచ్చును. ఇక మృగములచే చచ్చువారి సంఖ్యయు నానాటికి తగ్గుచున్నది. సింహములు, పులులు, పూర్వకాలమున చంపినంతమందిని నేడు చంపుటలేదుగదా. మనిషిమాంసము రుచిమెరిగిన పులి తప్ప, తక్కిన పులులు సహితము, మోటారు బస్సులకు బెదరి, నిబిడారణ్యముల దాగుకొనుచున్నవి. ఏలుగుబంట్లు, నక్కలు, కుక్కలు, కోతులు, ఎలుకలు, మనుజుని కరచుటకు అవకాశములు ముందు కాలమున నుండి నంతహెచ్చుగ లేవు. సర్పములు, తేళ్ళు, విష పురుగులు, కరచిన, విషమించుటయు, ప్రాణనష్టము కలుగుటయు, మనము చూచుచునే యున్నాము. పైన పేర్కొనబడిన ఘాతుక మృగముల, నరుడు అనాదిగా తన శత్రువర్గముగ గుర్తించి, వానికి దూరమున నుండు నట్లు ప్రయత్నములు చేయుచు, వానివలన కలుగు నష్ట కష్టముల నెరిగి, వీనిని పరిహారమొనర్చు మార్గములను

వెతకుచుండెను. కాని, రూపము భయంకరము గాకపోయి నను, పరిమాణమున చిన్నవైనను, పై జాతులకంటె నెన్నియో మడుంగుల హానికరములై, లెక్కకు మించిన ప్రాణములను హరించుచు, కోట్లకొలదిజనుల దుర్బలులుగ, నిస్సంతోషులుగ చేయు పాపకర్ములగు ప్రాణుల, నుదాసీనభావముతో అలక్ష్యముగ జూచుచుండుట సహజముగనుండెను. గడచిన యేబది సంవత్సరములలో, యెడ తెగని శాస్త్రపరిశోధనలచే భేదింపబడిన రహస్యముల వలన, యే పురుగులు, యే యీగలు, యే నీచ ప్రాణులు, వ్యాధి వాహకములో, కొంతకు కొంత యెరుగుటకు వీలయ్యెను. ఇక ప్రభుత్వములు, ప్రజలు, సంఘములు, వ్యక్తులు, నూతన పరిశోధనా ఫలితముల విజ్ఞానరసమును గ్రోలి, ఆయురారోగ్యముల కాపాడుకొన యత్నింపవలెను. ప్రజారోగ్య విధ్వంస మొనర్చు ప్రాణుల గుర్తించి, వానిని రూపుమాపుటకు సర్వ ప్రయత్నములు చేయుట ప్రతి మానవుని కర్తవ్యము.

పేలు

ఇవి ప్రాణుల నెత్తురును పీల్చి త్రావి జీవించుచుండును. మనుజుని శరీరము నాశ్రయించి యుండు పేలు మూడు రకములు. ఇవి కాక, అప్పుడపుడు సాకుడుజంతువుల

(కుక్కలు, పిల్లులు) నుండి యితరరకముల పేలు మను ష్యుల కెక్కుటయు కలదు.

(1) తలపేలు. ఇవి చాల చిన్నవి. 1 మొదలు 4 మిలి మీటర్ల పొడవు నుండును. కూచిగనుండు తల; సన్ననిమెడ; వలయాకారమైన ఉదరము. మగది చిన్నది గను ఆడపేను పెద్దదిగాను ఉండును. వీని గ్రుడ్లను "యీపి" అందురు. ఈ గ్రుడ్లు మొదట కేశమూలము పెట్టబడును. జిగటపదార్థమువలన యివి సమీపము నుండు వెంట్రుకలకు అంటుకొనును. వెంట్రుక పెరుగు కొలది ఈ గుడ్లసమూహము చర్మముననుండి దూరముగ పోవుచుండును. ఈ అంతరాయమును గమనించి యెంత కాలమునుండి, ఒక మనుజుని కేశములలో పేలు ప్రబలు చుండెనో యూహింపనగును. గ్రుడ్లు, 6 రోజులలో పిగులగా, బయటపడుపేలు, రక్తమును పీల్చ యత్నిం చును. పది దినములలో నివి పెద్దవగును.

వీనివలన చాల బాధలు కలుగును. చాల కాలము పేలు కొరుకుచుండినచో, గీరుకొను అలవాటు హెచ్చును. చిన్న కురుపులు యేర్పడును. మెడలో గ్రంధులు పెరు గును.

పేలు చేరకుండుటకు ఉపాయము.

వెంట్రుకల తనిఖీ చేయించుకొనుచు, సన్నని పంట్లు గల దువ్వెనతో తలను దువ్వుకొనుచుండవలెను. అట్లు వీలుకానివారు, వెంట్రుకలు కురుచగ కత్తిరించియుంచుట మేలు. పేలు పట్టినయెడల, సన్నని దువ్వెనలతో దువ్వి, దువ్వెనను క్రిమి సంహారక ద్రవములలో ముంచవలెను. ఎక్కువ పేలుయుండిన యెడల, వెంట్రుకలను వెచ్చని 'వినిగర్' పులుపుతో తడిపియుంచి, తర్వాత సోపు నీళ్ళతో కడగవలెను. ఇందువలన గుడ్లు కదలబారును; పేలు చచ్చును.

(2) శరీరము నావరించు పేలు:— ఇవి కొంచము బూడిద వర్ణముగను, పెద్దవిగను తోచును. స్పర్శ మీస ములు సన్నముగ నుండును. శిరోభాగము యవగింజవలె నుండి, ముందు భాగము కుశాగ్రముగ నుండును.

ఇవి మొండెము మీదను, దుస్తులలోను పడక గుడ్డ లలోను వృద్ధిచెందును. గుడ్డల దారపు సందులలో, చినుగులలో, మడతలలో ప్రబలును. వీనికాట్లు చిన్నవి గను, యెర్రబారినవిగను ఉండును. నల్లుల కాట్లంత బాధకరములు కావు. వీని గ్రుడ్లు 10 మొదలు 15 దిన ములలో పగులును. వీని చేరనీయకుండుటకు సులభో

పాయము దేహపరిశుభ్రతయే. నిత్యస్నానము, పరిశుభ్ర వస్త్రములు, మురికివారిని అంటకుండుటయు, పేలను దూరముగ నుంచును. ఒకవేళ, యితరుల అజాగ్రత వలన, పేలు దాపరించినయెడల, గుడ్డలను నీటిలో తెళ్ళ కాచవలెను; లేదా, ఆవిరిలో నుడుకవేయవలెను. శరీర మును క్రిమిసంహారక ద్రావకములతో స్నానము చేయించవలెను.

(3) ఎంట్రకాయపేను:— ఇది చిన్నది. దేహము నలుచదరముగా నుండును. తల మొండెమువలెనుండును. పెద్దవియు, బటువైనవియునగు కాళ్ళు, అత్యంత మాంద్యము దీనిని గుర్తుపట్టి యిచ్చును. ఈపేలు గజ్జిల లోను, గోప్యాంగములమీదను, వెంట్రుకలలోనుండును. కొన్ని సమయముల దేహమందలి యితర భాగములలో నుండును; తలలో మాత్రము ఉండవు. ఆడపేలు దిన మునకు 8 లేక 12 వంతున, 300 గ్రుడ్లు పెట్టును. ఈగ్రుడ్లు 15 దినములకు పెద్దపేలుగ తయారగుచుండును.

పేలు వ్యాపించుటకు కారణములు:— మనుజులు ఒకరి నొకరు తాకుటవలన పేలు వ్యాపించును. అవి దుమ్ము, మలినము నుండిగాని, స్వతహాగా గాని, పుట్ట జాలవు. ఒకసారి ప్రవేశించినయెడల, మురికి మెరువులో

ప్రబలును. తలపేలు నౌకరులనుండి, శ్రీమంతుల బిడ్డలకు వ్యాపించును. పాఠశాలలో ఒక బాలునియొద్ద నుండి అందరకును, బ్రష్షులు, టోపీలు, బట్టలు, తలదిండ్లు మూలమున వ్యాపించును. ఎక్కువ పేలుగలవారి నుండి పేలు రాలి, కుర్చీలమీదను, బెంచీలమీదను చేరి, యితరుల కెగ ప్రాకును. కుక్కలు, మనిషిపేలను, ఒకరినుండి మరియొకరికి రెగుమతి చేయుచుండును. తలపేలు, పసిపిల్లలయందును, ఆడువారియందును విశేషముగనుండును. శరీరపుపేలు, ఎంత్రకాయవంటి పేలు, మగవారియందు యెక్కువగ నుండును. మూడు రకముల పేలును, ఒకే వ్యక్తియం దుండవచ్చును.

పేలువలన కలుగు వ్యాధులు: టైఫస్, (Typhus) జ్వరము, రిలేప్సింగు జ్వరము (Relapsing fever) ట్రెంచి జ్వరము (Trench fever) చర్మమున గ్రుడ్లు గ్రుడ్లుగ పుట్టుట, చర్మము నల్లబడుట, మొదలగు రోగములనేకము లీపేలవలన వ్యాపింపబడుచున్నవని పరిశోధకుల అభిప్రాయము. 2 మొదలు 6 దినములకు పూర్వము జబ్బుగా నుండినవానిరక్తమును పీల్చుకొన్న పేలయొక్క మలముకూడ రోగాంకురముల పంచిపెట్టును. పేలు నలుపగా కలుగు పదార్థము, పేలమలము, చర్మములోని

యే కొద్ది గీరిన గీతల వలననో, లేక సాధారణ చర్మము గుండనో, ప్రవేశించి రోగకారణమగును. రోగమునకు మూలకారణమగు సూక్ష్మక్రిములు పేను రోగిరక్తమును పీల్చినపుడు, లోన ప్రవేశించి, పేను శరీరమున కొన్ని మార్పుల పొందును. రక్తమును పీల్చిన కొద్దికాలము, అనగా క్రిములు తగిన పక్వపరిణామముల పొందువరకు, పేను, రోగముల వ్యాపింపచేయజాలదు.

పేలు రాకుండుటకు ముందు జాగ్రతలు:—

1. దేహ పరిశుభ్రత.

2. ధరించు బట్టలను, పడక గుడ్డలను, శుభ్రముగా నుంచుట. చాలమారులు బట్టలను ఉతికించుచుండుట.

3. పేలుగలవారిని అంటకుండుట. ఇంటిలోనికి పేల చేరనీయకుండుట.

4. పేలుగలవారిని అంటవలసి వచ్చిన (డాక్టరులు) "ఓవర్ ఆల్" (దుస్తులపై తొడుగుకొను అంగీని) ధరించుట.

పేలు పట్టుకొన్నవారి చికిత్స:—

1. ఉడుకునీళ్ళ స్నానముచేయుట; బట్టలనుమార్చుట. విడిచిన బట్టలను ఆవిరిలో నుడికించుట.

2. వెంట్రుకల కురుచగ కత్తిరించుట.

3. పేలు చంపు మందువాడుట. అమోనియేటెడ్ మెర్క్యురీ మైనము (5%) క్యాలమెల్ పొమేడ్ (20 లో) మొదలయిన వానిని పూతమందుగ పట్టించవలెను. తర్వాత వేడి లోషన్‌లో నుంచిన దువ్వెనతో తల దువ్వవలెను. ఇంకొక పద్ధతి. వినిగర్, కిరోసిన్, మొద లగునవి పూర్తిగ వెంట్రుకలకు పూసి, తర్వాత బ్రష్ చేయవలెను.

4. గుడ్డలను, పడకను శుభ్రముచేయుట. ఆవిరిలోను, తెల్లైడు నీళ్ళలోను ఉడికించి, వేడియిస్త్రీచేసి మడత లలో నేప్తలీను ఉండలువేసి యుంచవలెను.

5. క్రిమిసంహారక పదార్థములు యీపిని ఛంపును. కిరోసిన్, పెట్రోలు మొదలగువానిని యూకలిప్టస్ లేదా టార్ ఆయిలుతో కలిపినయెడల యీపి గుడ్లను నాశ నము చేయును. లైసాలు, నేప్తలీనుకూడ యీపిని సంహారముచేసి పేలను నిర్మూల మొనరించును.

నల్లులు:—గోడలలోను, మంచములలోను, కుర్చీల లోను, సందులున్నచోట నెల్ల దాగియుండి, చురుకు, చురుకుమని పొడుచుచుండు నల్లుల నెరుగనివారుండరు. నల్లి కొరుకు చాల చురుకుగ నుండును. కుట్టినచోటు దద్దులుపోవును. ఒకసారి యింటిలో ప్రవేశించిన తర్వాత

వానిని నిర్మూలముచేయుట చాల కష్టము. ఇవి చాల కాలము యే ఆహారము లేకుండ జీవింపగలవు. ఇవి పలక పారుగ, కోల ఆకారమున నుండును.

$\frac{1}{4}$,$\frac{1}{3}$ అంగుళము పొడుగున్న $\frac{1}{8}$,$\frac{1}{4}$ అంగుళము వెడల్పున నుండును. తుప్పుచేవరంగు గలిగి యుండును. పొట్టిదిగాను వెడల్పుగానుండు దాని తలలో, రెండు సంయుక్తాక్షులును, రెండు కోర మీసములును గలవు. శిరస్సుయొక్క అధోభాగమున, మనరక్తమును పీల్చు సాధన పరికరములున్నవి.

హిందూదేశములో నల్లిజాతులు రెండుకలవు. ఆడ నల్లులు ప్రవేశింపగల ప్రతిచోటను గ్రుడ్లను పెట్టును. గ్రుడ్లు వారము పదిరోజులలో పక్వమొందును. తర్వాత కొంతకాలమునకు నల్లి యేర్పడును. నల్లులు అతిత్వరగా నడచును. ఒక యింటినుండి, మరియొక యింటికి పోవుటయును కలదు. పెట్టెలు, సామానులు, కొయ్యపరికరములు, మొదలగువాని మూలమున క్రొత్త ప్రదేశములలో ప్రవేశించుచుండును. సందులలోను రంధ్రములలోను, గోడలలోను, పుస్తకములలోను, మంచములలోను, పరుపులలోను, దాగియుండును. కుర్చీలలో రైల్వే బండ్లలో, ట్రాం కారులలోకూడ జనుల పీడించుచుం

డును. నల్లి అనేక వ్యాధులను వ్యాపింపచేయునని కొందరు తలచుచున్నారు. కాని కుష్టువ, కాలఅజార్, అను జ్వరమును, నల్లివలన వ్యాపించుచున్నవని చెప్పుటకు ఆధారములు చాలా లేవు.

నల్లులను లేకుండ చేయుట :— గదిని గంధకము పొగతో నింపవలెను. ఫార్మాల్డీహైడ్ ఆవిరితో గదినికాని, రైల్వేబండినికాని, నింపవచ్చును. నూరు డిగ్రీలకు మించిన వేడిగల ఆవిరికూడ యిందు కుపయోగించును. గాసోలైన్, బెన్‌జీన్, కిరోసిన్, సబ్బునీళ్ళతో కలిపి కొట్టిన నల్లులు చచ్చును. త్రైళ్ళెడు నీళ్ళవలన చెడనివస్తువులలో, అనగా కర్రవస్తువులలో, దాగియుండు నల్లులను, గ్రుడ్లను కాగెడు నీళ్ళువేసి చంపవచ్చును. సందులు రంధ్రములు పూడ్చి వేయవలయును. పరుపులు, యెండలో వేయవలయును. లేదా, ఔషధ ధూపముల మూలమున నల్లులను చంపవచ్చును.

నల్లులు విశేషముగా నుండుచోట నిద్రపోవుటకు ముందు కొన్ని యుపాయములవలన నల్లికాటునుండి కొంతవరకు తప్పించుకొనవచ్చును. లావెండర్ నూనె లేదా సబ్బు, నేప్తిలీనుకలిపి సాధారణముగా నల్లులబారి గురియగు శరీర భాగములకు పూసినయెడల నల్లులు

ఆ పూత పూసిన శరీరభాగముల ముట్టవు. నల్లులు కుట్టుటవలన కలిగిన మంట దద్దు తగ్గుటకు అమోనియా, లేక ఆలివ్ ఆయిల్ లేదా "మెంథాల్" ఉపయోగ పడును. టించర్ ఐడిన్, హైడ్రోజిన్ పెరాక్సైడ్ కూడ మంచిగుణము నిచ్చును.

ప్రజారోగ్యము – రెక్కల పురుగులు

ఇక రెక్కలు గలిగియుండునట్టి రోగవాహక ప్రాణుల దోమ భూయిష్ఠ చరితముల పరిశీలించవలసియున్నది.

ఉష్ణమండలమున, రెక్కలుగల చిన్న పురుగులవలన అనేక వ్యాధులు అత్యధికముగ వ్యాపించుచున్నవి. ఈ పురుగులయందును, వర్ణభేదములు, జాత్యుపజాతు లును గోత్రభేదములును, పెక్కులుగలవు. ఈ నానా జాతులలో, ప్రజారోగ్యమునకు ప్రతిబంధకములుగనుండు, మానవసంఘ శత్రువులు, ముఖ్యముగ 4 జాతులు. అవి యేవనగా (1) వంటింటియీగ. (2) దోమ. (3) సాండ్ఫ్లై (Sandfly) (4) 'ట్సి-ట్సి'యీగ (Tse-Tse fly)

(1) ఇంటి ఈగ (The Common House fly)

ఇంటియీగ, వంటింటియీగ, పెరటియీగ అని వ్యవహరింపబడు దానినే, రోగవాహకశక్తుల నెరిగిన

వారు, 'టైఫాయిడ్' యీగ అనియు, 'నెత్తురుబంక' యీగ అనియు పలుపలువిధముల నామకరణము చేయు చుండుట సామాన్యమై యున్నది. సాధారణముగ, ఈ యీగ, స్కావెంజరులు, నగరముల శుభ్రపరచు రీతిని, యింటియందును, పరిసరములయందును, మురికిని తొలగించి, నిర్మలముగ చేయుచుండును. కాని తరచు ప్రజలకు అసహ్యాకరముగను, అపాయకరముగనుకూడ ప్రవర్తించుచుండును. మాలిన్యములోపుట్టి, మురికియే ఆహారముగాతిని పెరిగినట్టి, యీగ, ఆజన్మాంతము విష పురుగుల, శరీరముననో, పొట్టలోనో, వహించి, విష తుల్యమై, ప్రజలకు ఆరోగ్య విధ్వంసము చేయుచుండుట విచిత్రముకాదు.

ఈ యీగయొక్క రూపము, అంగనిర్మాణమును కొంత గమనించిన, అది రోగజనకములగు క్రిముల భార వాహకమున కెంతయనుకూలముగనున్నదో స్పష్టపడును. ఆహారమును పీల్చుటకు మూతివద్ద సన్నని నాళములు, రోమములచే దట్టముగ కప్పబడియుండిన శరీరము, రోమములతో నిండిన చరణములు, మెత్తలవంటి పాద ములు, యివియన్నియు, సూక్ష్మ క్రిములకు, మాలిన్యము నకు, ఆటపట్టులు. దేహనిర్మాణమును, సంపూర్ణముగ,

సక్రమముగ నెరుగుటకు, యీగను చేతబట్టి అంగోపాంగ ములు పరీక్షించుటయో, లేక చిత్రపటముల సహాయమున పరిశీలించుటయో, అవసర మన్నమాట నిజమేకాని, సర్వసామాన్యమగు యీగను యెరుగనివారును, గుర్తింప లేనివారును యీ వ్యాసము, చదువువారిలో నుండుట అసంభవము.

ప్రజారోగ్య విధ్వంసకారులయిన ఈగల గుంపులు యెటనుండి తరుగక వచ్చును? ఈగలు గ్రుడ్లు పెట్టు ననియు, వానినుండి యీగలు వెలువడుచున్నవనియు అందరకు తెలియక పోవచ్చును. ఈ గ్రుడ్ల నెచట పెట్టును అనునది రెండవ ప్రశ్న. జంతు కళేబరములు, పేడ, పెంట, యెరువుకుప్పలు, యింటి కసువు, క్రుళ్లిన పదార్థములు, జలదారి మురుగుడు, వేయేల యేవిధమైన మురికిగాని కనబడిన అచటనెల్ల యీగలు గ్రుడ్లు పెట్టు టకు పూనుకొనును. వాయుదేవునివలె, స్వేచ్ఛగ, యెచటనంటె అచట, యెప్పుడంటె అపుడే, మనదేశస్థులు, మూత్రపురీషములను, ఉమ్మి, చీమిడి మొదలగువానిని విసర్జించుట, మనసంఘమునకు దాపరించియుండు దురా చార పిశాచములలో నొకటిగదా. ఒక వ్యక్తియొక్క విరేచన మొక్కదానిలో, 500 యీగలు గ్రుడ్లు పెట్ట

గలవట ! ⅛ గుంటయడుగు జలదారి మురికినుండి 4000 యీగలు బయటకు రాగలవట ! శీతమండలముల యందును, పశువుల యెరువు, 24 గంటల కాలములో, గుంట గజమునకు, 10000 మొదలు 12000 యీగల పెంచ శక్తి గలిగియుండునట ! ఒక గుఱ్ఱము, ఒక వేస విలో, 50 వేల యీగలను తన పెంట సహాయమున సాకి, ప్రజలమీదకు దాడి పంపించగలదు.

ఇక యీగ యొక్క సంతానోత్పత్తి శక్తియు మహావిచిత్రమై యున్నది. ఒక్క ఆడుఈగ ప్రతిసారియు, 100 మొదలు 150 వరకు గ్రుడ్ల వంతున, సంవత్సరము నకు, నాలుగుతడవలవరకు గ్రుడ్లు పెట్టును. ఈ గ్రుడ్లు యెండకాలమున 24గంటలలో పగులగా, చిన్న వానపాము వంటి కీటకములు "లార్వా" యనబడునవి బయటబడును. మొదటికాన్పు గ్రుడ్ల ప్రోగు (120) లో, సగము (60) మాత్రమే ఆడయీగ లనుకొందము. వీటి పుత్ర పౌత్ర సంతతి బాగుగా పెరిగెనా, ఒక్క ఆడుయీగ ప్రథమసంతతి, 6 నెలలలో 5,598,720,000, యీగలుగ యేర్పడును. జగద్రక్షకుని దయవలన నిట్టి దుస్థితి సంభవించుట లేదు. ఒకసారి పెట్టబడిన గ్రుడ్లగుంపునుండి యిన్ని యీగలు పెరుగుచుండగా, సంవత్సరమునకు, నాలుగు కాన్పుల

ఫలితమును లెక్కవేసిచూడుడు. ఈగల వంశనిర్మూలము చేయుప్రయత్నముల నెంతశీఘ్రముగ ప్రారంభించిన అంత శుభదాయకము. ఆలస్యము చేయుట, ప్రజాపీడలకు యెరువువేసి పెంచుట యని యెరుగవలెను. బాబో! ఇన్ని కోట్లకొలది, అర్బుదముల కొలదిగ పెరుగు యీగలను, చంపుట, వాని సంతానాభివృద్ధిని నిరోధించుట సాధ్యమా యని నిరాశపడి, దిగులుతో క్రుంగి, నిస్పృహతో కూర్చుండరాదు. ఈలోకమున ఈగలు లేకుండునట్లు చేయుట మహాకష్టసాధ్యము, దుస్సాధ్యముకూడానేమో. ప్రపంచమున కంతకును, ఒక చిన్నదీవి మాత్రము యీగల నెట్టివో యెరుగక యున్నదట. కాని, ఈగల సంతతిని, వాని సంఖ్యాభివృద్ధిని మాత్రము చాలవరకు తగ్గింపవచ్చును. ఈగల వంశక్షయము, మానవజాతి పురోభివృద్ధికి పునాది వంటిది. ఈగ జీవితమున వివిధావస్థలలో, నెట్టి రూపముల గలిగియుండి, క్రమముగా మారి మనకు తెలిసిన యీగగ యేర్పడుచున్నదో తెలిసికొనుట జ్ఞానోపార్జనమే గాక, ఆరోగ్యసాధనకును మార్గము.

గ్రుడ్లు:—నున్నవిగను, తెల్లవిగను, దొండకాయల వంటి ఆకారముతోను. పైన జిగటగలిగి, ఒకదానితో

నొకటి అంటుకొనియు నుండును. ఈ గ్రుడ్లు యెండ కాల మున 24 గంటలలో పగులును.

లార్వా:—గ్రుడ్లు పగులగా బయటపడు చిన్న వాన పాములవంటి ప్రాకెడు కీటకములు. పేడలోను, కుళ్లు పదార్థములలోను, అగపడు సన్నని పొడుగాటి పురుగు లవియే. ఇవి తెల్లగానుండును. నిష్పాద పురుగులు. ఇవి చీకటినికోరి, చీకటిలో ప్రబలుచుండును. మురుగుడు పదార్థముల మితిమీర, యెడ తెగక, తినిదిని, 5 రోజులలో రూపభేదమునొంది "ప్యూప" అగును.

"ప్యూప" చలనము, ఆహారగ్రహణములేక, నిద్రా వస్థయందున్న యీగ. ఈదశలో 3-5 దినములు గడపి తర్వాత యెర్రని పైకవచమును చించుకొని సర్వాంగ పరిపక్వరూపముతో యీగ బయటకు వెడలును. పిల్ల యీగలు, రెక్కలు ముడుచుకొనియుండి చూచుటకు సాలెపురుగులవలె నుండును.

పెద్దఈగ:— లోకమెరిగిన బ్రాహ్మణునకు జందె మెందుకు? ఆహారవసతులు, శీతోష్ణ పరిస్థితులు, వాతా వరణమున ఆవిరి హెచ్చుతక్కువలును, యీగ అండము నుండి పెద్దయీగ యేర్పడు కాలపరిమితిని మార్చుచుం డును. ఒక ఆడయీగ, ఒకనెల కాలములో 10 లక్షల

సంతానపరంపరను గలిగి యుండవచ్చును. పరిస్థితులు అనుకూలముగనున్నయెడల గ్రుడ్డునుండి యీగ 5 దినముల లోనే యేర్పడ వచ్చును. 8 మొదలు 10 దినములు పట్టవచ్చును. విరుద్ధ పరిస్థితులుండిన, 8 వారముల వరకు యీగ యేర్పడజాలకుండుటయు గలదు. పొగచుట్టల వంటి రూపముగల "లార్వా"లు, పొట్టనిండ తినుటకు సమీపమున క్రుళ్లుపదార్థ సంచయము లేకుండినయెడల, ఈగల వంశము నశించుటయు సంభవించును.

ఈగలు, యెట్లు అనారోగ్యమును పెంచును? అవి తమపాదములలోను, శరీరము మీదను రెక్కలమీదను, రాలినట్టియు, అంటుకొన్నట్టియు, మురికిని రోగబీజము లగు సూక్ష్మక్రిములను, మోసుకొని తిరుగుచు, అవి వ్రాలిన తినుబండారముల మీదను, పానీయములమీదను, శరీరము మీదను, గాయములమీదను, వంటపాత్రల మీదను, ఈ కల్మషములను విదల్చి పోవుచుండును. ఇంతేగాక, క్రుళ్లు పదార్థముల నారగించునపుడు, గల్ల, చీము, వమన విరేచనములనుండి, "లార్వా" ఈగలు, అనేక రోగబీజములను, బేక్టిరియాలను నులిపాముల గుడ్లను, మ్రింగియుండి, తర్వాత ఈగయొక్క వమన విరేచనములలో ఈ పురుగుల వెడలించి, వ్యాధిబీజముల ప్రజలకు విరివిగా పంచి వెదజల్లుచుండును. ఈగలు

చాలదూరము ప్రయాణము చేయగలవుకాన, రోగములును, నలుదిశలలో విస్తరింపచేసి ఘోర నష్టమును కలిగించగలవు.

ఈగయొక్క దురలవాటులు, దుర్నడవడియు, ప్రజలలో రోగములు వ్యాపించుటకు కారణమగుచున్నవి. ఈగ, మురికిని, అపరిశుభ్రమును, పంచభక్ష్య పరమాన్నమును, సమాన సంతోషముతో చేరి యారగించును. ఈగకు యింకొక చెడ్డఅలవాటును కలదు. అది తొందరలో తిండి తినునపుడు, మురిగిన పదార్థముల, నోటికి దగ్గరగ నుండు ద్రవాశయము ("జొల్లుతిత్తి") లోనికి సంగ్రహించి యుంచి, తీరికయున్నప్పుడు, మరల నా పదార్థమును, నోటిలోనికి తెచ్చుకొని, తర్వాత జీర్ణకోశము లోనికి పంపును. ఇట్టి తరుణములందు ప్రథమాశయము నుండి నోటిలోనికిని, బయటకు, వెడలు "యెంగిలి" పదార్థములందు అనేక విషపురుగులుండి ప్రజల ఆహారమును విషతుల్యముగ జేయుచుండును. ఇంతే కాదు. ఏదైన ఘనపదార్థమును (పంచదార, బెల్లము) భక్షించునపుడు, ఈగపై ద్రవాశయమునుండి కొంత ద్రవమును వెడలించి, ఘనపదార్థముల నాద్రవములో కరిగించి, మ్రింగును.

అట్లు చేయునప్పుడును ద్రవాశయమునుండిన మలము, విషపురుగులును, యీగ భుజించగా మిగిలిన పదార్థము లపై నిలిచియుండుట తటస్థించును. ఈగ యొక్క దురల వాట్లు ఇంతతో ముగియలేదు. అది ఆహారము తిను నప్పుడే, మల విసర్జనముకూడ చేయువాడుక కలదిగాన ఆకులోని భోజనముమీద వ్రాలి భుజించుచో మల విస ర్జనమునుచేసి, మన ఆహారమును మాలిన్యయుక్తముగ చేయును. ఈగల, వమన విరేచనములలోని దుష్పదార్థ ములవలన కలిగినవే మానవ శరీరమునతోచు "దద్దురు". ఇవి ఈగ కుట్టినందువలన వచ్చునవిగావు. పై విషయము లన్నిటిని సావధానులై గమనించిన, యీగలు ప్రజల కెంత ధనవ్యయమును, సౌఖ్యనష్టమును, వ్యాధిపీడలను, ప్రాణాపాయమును కలిగించగలవో మందమతులకైన మనస్సునకు రాక మానునా?

ఇట్లు యీగలచే వ్యాపింపబడురోగములు, అనేకము లుండవచ్చును. మనకు ప్రస్తుతము, మనదేశమున ఈగల వలన వ్యాపించు రోగములను క్రింద పేర్కొనుచున్నాము.

1. టైఫాయిడ్ జ్వరము. 2. కలరా. 3. నెత్తురు భేదులు. 4. అతిసారపు భేదులు. 5. పొట్టలో పాములు. 6. ఎరిసిపలాస్. 7. ఆంత్రాక్సు 8. ఈగలలో కొన్నిజాతులు,

మనుజుని శరీరముపై కురుపో, గాయమో ఉండినయెడల అందు గ్రుడ్లు పెట్టును. ఈ గ్రుడ్లు పగులగా ప్రాకుడు పాములవలె నుండు "మెగాట్లు" ఆకురుపును తొలిచి తొఱ్ఱచేయును. ఈ జబ్బును "మైయాసిస్" (Myosis) అందురు. నాసికారంధ్రములయందును, శ్రవణరంధ్రము లందును యీ వ్యాధి పొడసూపుట కలదు. ఈ జబ్బు రాకుండుటకు ముఖ్యసూత్రము. ప్రతి కురుపును, గాయమును, శుభ్రముగానుంచి యీగల కందుబాటుగాకుండ మందుగుడ్డల కట్లతో దాచి యుంచుటయే.

ఈగలవలన కలుగు అపాయములనుండి తప్పించుకొనుట యెట్లు?

ఈగలు వెదజల్లు రోగాంకురముల బారినుండి తప్పించుకొనతలంచిన వారు తమ యింటియందును, పరిసరముల లోను ఈగలు లేకుండ జేయవలయును. లేదా యే కొద్దిపాటిగ ఈగలు మిగిలియుండినను, అవి ఆహారపానీయముల నంటకుండ బహు జాగ్రత్తగ నుండవలెను.

ఈగల సంతానాభివృద్ధి నరికట్టుట యెట్లు? ఈగలు గ్రుడ్లు పెట్టుటకు అనుకూల పరిస్థితులను, తావులను పూర్తిగ తొలగించవలయును. ఇంటి కసువు, వీధి చెత్త ప్రోగులు, ప్రతిదినము దూరముగ కొనిపోబడుటను తగిన

మేర్పాట్లు చేయవలెను. అంతకంటె ముఖ్యమైన విషయము గమనింపుడు. ఎరువు, మలమూత్రములు ఈగలకు విందు భోజనముల వంటివిగా నుండుటయేగాక, అనేక రకముల రోగక్రిములకు ఆకరమైయుండును గాన, వీనిని తగు జాగ్రతతో, నిరపాయకరములుగ చేయవలసి యుండును. మలమూత్రములయందు క్రిమిసంహారణ పదార్థముల వేసి యుంచుటయేగాక యీగలకు అందకుండునట్లు కప్పించవలెను. తర్వాత యీ మలమూత్రముల దూరముగ గొనిపోయి, పూడ్చివేయుటకును, తగునౌకరులను, పరికరములను, సౌకర్యములను యేర్పరచవలయును. జనసమ్మర్దము హెచ్చుగనుండు పేటలందును, వాడలందును, బజారు, అంగడి వీధులందు, క్యాంపులందును, స్కూళ్ళ యందును, సినిమాలయందును మూఢులు, అజ్ఞానులు, అగు ప్రజాసమూహములు చేరుతావులందును, ఈగలు నిరాటంకముగ ప్రబలుటకు సర్వానుకూలములు యేర్పడుచుండును. అట్టిప్రదేశముల ఈగలపోరు హెచ్చు. అట్టి తావుల, మలమూత్ర విసర్జనముల నత్యంత జాగరూకతతో ఊడ్పించి, భద్రముగ దూరమునకు కొనిపోయి, ఈగల కందకుండ భూమిలో పూడ్పించవలెను.

ఈగల వంశనిర్మూలము చేయుటకు ఆరోగ్య శాఖ సిబ్బంది మిక్కిలి శ్రద్ధోత్సాహములతో పాటుపడ వలసి

యున్నది. ఆరోగ్యశాఖవారి తెలివితేటలు, కార్యశూరత్వము, విధ్యుక్తధర్మ నిర్వాహణాసక్తియు, వారి వారి వార్డులలోని ఈగల సంఖ్య హెచ్చు తక్కువలచూచి నిర్ణయింపవచ్చును.

ఈగలు గ్రుడ్లు పెట్టనీయకుండ చేయుటయేగాక కనబడిన ఈగల బంధించు జిగటకాగితములు, ఈగలకొట్టుటకు పలకలు, మొదలగునవి కొంతవరకు ప్రజలకు తోడ్పడును.

ఈయుగమున ప్రతిమానవ వ్యక్తియు, పూర్వము పరశురాముడు క్షత్రియులమీద పగబూనినట్లు, ఈగల నిశ్శేషముగ చంప దీక్షబూనుట ప్రశంస నీయమగును. ఈగలు ఆహారపానీయముల నంటకుండ భద్రపరచుట అహింసాపరులకు ముఖ్యమార్గము. వంటయింటికిని, భోజన శాలకును, తలుపులకు, కిటికీలకు, యినుపకమ్మి జల్లెడ తెరలువేసి యుంచినయెడల ఈగల బాధ కొంత తగ్గును. ఆహారపదార్థములను తగు పాత్రలలో మూతలు పెట్టియుంచుటయు, ఆహార పాత్రలను, కమ్మి తెరల తలుపుగల పెట్టెలలో నుంచుటయు, మంచి ఉపాయములు. చాల ఈగలు నూరు మారులు వ్రాలలేదని ఆహారపదార్థములు నిరపాయకరములని భ్రమించి, తృప్తి

పడుట చాలపొరపాటు. ఒక ఈగ ఒకసారి ఆహార పానీయముల మీాదగాని, గిన్నె, కప్పు, నీటిగ్లాసుమీాద గాని వ్రాలినయెడల వేలకువేల పురుగులను రాల్చి పోవు చుండును. అందువలన, సర్వజనులును, ఈగల రోగ వాహకములుగ, విషతుల్యముగ గ్రహించి, సర్వకాల సర్వావస్థలయందును, అత్యంత అప్రమత్తులై ప్రవర్తిం చుట అత్యావసరము.

---

4. సూక్ష్మజీవులు - ప్రజాయురారోగ్యము

(విశాఖ పత్రిక : 1934 మే 23, 30, జూన్ 6, 20, 27, జులై 18, 25, ఆగష్టు 1)

కన్నులార చూడనిదే యే విషయమును నమ్ముటకును మనస్సు సంకోచించును. ప్రాచీనకాలమున సూక్ష్మ క్రిములు కలవని ఊహించి పలికిన వారు కలరట. పదు నారవ శతాబ్దారంభమున "ప్రకాస్టోరియస్," అను వైద్య శాస్త్ర పండితుడు "వ్యాధివిస్తనము" లను గురించి వ్రాసెను. కాని, యా వ్రాతలు జనులలో నమ్మకము కలుగ జేయలేదు. సూక్ష్మప్రాణులు నిజముగ నుండినను, వానిని దృగ్గోచరములుగ చేయగల కొన్ని యంత్రములును, పరికరములును, పద్ధతులును అత్యావశ్యకములు కదా!

సాధారణముగా కంటికగపడనివాటిని చూపింపగల భూతద్దములు క్రమముగా తయారు కావలసియుండెను. ఇట్టి సూక్ష్మదృష్టి యంత్రమును ఉపయోగించుటకు ప్రథముడు హాలెండు దేశీయుడగు శాస్త్రజ్ఞుడు. అతని పేరు ల్యూవెన్‌హూక్. రెండువందల ఏబదిసంవత్సర ములకు పూర్వము ఇతడు చిన్న భూతద్దములను చేసి, చట్టములలో నమర్చి, పరీక్షచేయవలసిన వస్తువులను తగు

దూరమునుండి తనిఖీ చేయుచుండెను. ఈ అద్దములు ఏ కణమునుగాని మూడువందలరెట్లు పెద్దదిగా చూపించు చుండెను. నూతెన్సిరు ఒకబొట్టు, యీ అద్దము సహాయమున పరీక్షచేయగా, అందు అసంఖ్యాకములుగా చిన్న జంతువులు పరుగిడుచుండుటకనుగొనబడెను. ఈ మహాపురుషుడు తన పరిశోధనలవలన నూతన విజ్ఞాన ప్రపంచము కనిపెట్టెననుట అతిశయోక్తి కాదు. నాటినుండి సూక్ష్మదృష్టి యంత్రము అనేకవిధముల మార్పుచెందియున్నది. ప్రస్తుతము ఏదేని సూక్ష్మకణమును, రెండువేల అయిదువందలరెట్లు పెద్దదిగా గోచరింపచేయుట సాధ్యము. ఐనను తృప్తిపడుటకు వీలులేదు. ఈ కాలపు సూక్ష్మదర్శిని మూలమున కూడ గోచరింపని మహా సూక్ష్మజీవులు గలవు. వాటిని పరీక్షచేయుటకు ఇప్పటి కంటె శక్తిగల సూక్ష్మదర్శనీ యంత్రము లుండవలెను.*

సూక్ష్మజీవులు, గ్రుడ్డులోని జనవంటి, "ప్రొటీను" రసాయనిక పదార్థముయొక్క కణములు. వాటి రూపములను స్పష్టముగా చూచుటకును, వాటి వివిధజాతుల నిర్ధారణ చేయుటకును, భాగముల ప్రత్యేకించుటకును, కొన్ని రంగుల నుపయోగింతురు.

---

* నూతన విజ్ఞాన పరిశోధనా ఫలితముగ, "ఎలెక్ట్రాన్" సూక్ష్మదర్శిని నిర్మింపబడి వాడుకలోనికి వచ్చుచున్నది.

వీటి పరిమాణముల నరయుటకు ప్రత్యేక కొలతలు కావలయును. వాడుకలో అంగుళములో ఇరువది ఐదు వేల భాగము లేక ఒకమిల్లీమీటరులో వెయ్యవభాగ మును (మైక్రాన్) ఇందులకు ఉపయోగింతురు. మంచి వెలుతురులో ఉత్తమతరగతి అద్దములతో మైక్రాన్ లో నాల్గవభాగము వెడల్పుగల చుక్కను చూడవీలగును. ప్రత్యేక పద్ధతుల నుపయోగించి "అల్ట్రా-వైలెట్" కిరణముల సాయమున ఇంతకంటె అనేకవందల రెట్లు సూక్ష్మతరములగు వాటిని చూడనగును. సూక్ష్మజీవు లలో వివిధ పరిమాణములుగలవి యున్నవి. కొన్ని మైక్రాన్ కంటె చిన్నవి. మఱికొన్ని అనేకవందల మైక్రా నుల పొడవున నుండునవి. సామాన్య వస్తువులతో పోల్చిచూచినయెడల వీటిఅత్యంత సూక్ష్మ పరిమాణము మనస్సునకు తట్టును. ఆరు అడుగుల పొడవును $1\frac{1}{2}$ అడుగు వెడల్పును గల మనుజుని వెయ్యింతలు పెద్ద విశ్వరూపముగ ఊహించుకొనుడు. అప్పుడు, ఆరువేల అడుగుల పొడవును, వెయ్యిన్ని ఐదువందల వడల్పుగలిగి మహాపర్వతమువలె తోచునుగదా! అట్లే ఈసూక్ష్మ జీవులలో కొన్నింటిని వేయిరెట్లు పెద్దవిగా నూహించిన యెడల వాక్యాంతమున నుండు చుక్క (Full stop) యంత పరిమాణము గలవిగా నుండును.

ఒక సూక్ష్మజీవి పరిమాణము యింకొకవిధముగ కూడ గ్రహింపవచ్చును. ఇరువది ఐదు వేల సిపాయీలను వరుసగా ప్రక్క ప్రక్కన నిలిపినయెడల ఆసిపాయీల వరుస ఏడుంకాలు మైళ్ల (7¼) పొడవుననుండును. ఈ సిపాయీలందరును ఎవ్వరేని నొక్క మహేంద్రజాలకుని మంత్ర ప్రభావమువలన సూక్ష్మజీవులుగమారి ప్రక్క ప్రక్కన నిలుచున్నయడల ఈవరుస అంతయు ఒక్క అంగుళము పొడవుండును. ఇక ఒకమైక్రాను వెడల్పును, పొడవును, అంతే ఎత్తునుగల సూక్ష్మజీవి తూనిక గమనించుడు:— 8,33,000,000 (ఎనభైమూడుకోట్ల, ముప్పది లక్షల) సూక్ష్మజీవులు కలసి ఒకగ్రామ్‌ములో వెయ్యో భాగము తూగును.

ఏకకణజీవులు:— ఇంత సూక్ష్మములయ్యును, వాని చిన్న శరీరములో వివిధావయవముల బోలు భాగములును, మనుజునిలో సాధారణముగ, గమనింపనగు శారీరపరిణామములను చూపుచున్నవి. ఈసూక్ష్మజీవులలోను, జాతి, వర్ణము, కులభేదములును, గోత్రభేదములును గలవు. వీనిలో కొన్ని జంతుజాలమునకు చేరినవా లేక, వృక్ష సముదాయమునకు చేరినవా యను వాదముల కంత్యము కానరాదు. వీనిలో సూక్ష్మతమములై యుండువానిని సజీవములనుటయూ, లేక నిర్జీవములనుటయూ తీర్మానిం

చుటకు శాస్త్రకోవిదులును సంకోశించుచున్నారు. వేల కొలది రకముల సంఖ్యగల వానిలో మానవునికి సంబంధించిన ముఖ్యసూక్ష్మజీవులను ఈక్రిందివిధముగ మూడు జాతులుగ విభజింపవచ్చును.

(1) ప్రొటొజువా:—జంతుజాతికి చేరినవిగా నెంచదగినవి. ఇందుముఖ్యములు "అమీబా" ఫ్లేజలేట్లు, స్పోరొజువా, సీలియెట్లు.

(2) మైసీటిలు:— వృక్షసంబధములు, ఈస్టులు, బ్యాక్టీరియా, స్త్రెప్రొకోకిటులు.

(3) రూపము యింకను నిర్ణయింపబడనవి:—ఫిల్టర్లగుండ దూరశక్తిగల రోగబీజములు. వీనిని సూక్ష్మదర్శిమూలమున గుర్తించుట సాధ్యమగుటలేదు.

సూక్ష్మజీవులలో సంఖ్యాభివృద్ధి అతిసులభముగ, అతివిచిత్రముగా జరుగును. ఒకసూక్ష్మజీవి కొంతవరకు పెరిగినతర్వాత రెండుజీవులుగా మధ్య విభాగమొందును. కొలదికాలములో ఈరెండును నాల్గవును. ఈ విధముగ సంఖ్య ప్రతిసారియు, ద్విగుణీకృతమగుచుండును. అనుకూలపరిస్థితులుండెనేని ఒక సూక్ష్మజీవి సంతతి ఐదు రోజులలో భూగోళమందలి సముద్రముల నన్నింటిని నింపివేయునని ఒకశాస్త్రజ్ఞుడు లేక్క వేసియున్నాడు.

మానవుని అవ్యవస్థమువలన, యిట్టి సంఖ్యాభివృద్ధికి ప్రతికూలస్థితులు అనేకము లుండుటవలన సూక్ష్మజీవులు నశించుచున్నవి.

సూక్ష్మజీవులు "యిందుగలవు అందు లేవు" అని చెప్పుటకు వీలుకాదు. గాలిలోను, నీటిలోను, భూమిలోను, జంతువులలోను, జంతుకళేబరములలోను, వృక్షముల లోను పుట్టలు పుట్టలుగా పెరుగుచున్నవి. అవి పెరుగుటకును, సంఖ్యాభివృద్ధి నొందుటకును, అనుకూలపరిస్థితు లుండుతావుల వాసముల నేర్పరచుకొనును. ఆయాజాతి సూక్ష్మజీవులకు వేర్వేరు పరిస్థితులు అనుకూలములుగను ఉండును. కొన్ని సూక్ష్మజీవులు, కళేబరములమీదను, క్రుళ్లిన పదార్థములమీదను, వసించి వీనినుండి తమ ఆహారమును గ్రహించును. ఇట్లొనర్చుటలో, లోకము లోని మురికిని నశింపజేయుటయేగాక, లోకమున ఉప యోగకరములగు కొన్ని నూతన రసాయనిక పదార్థములను, (Nitrates) తయారు చేయుచున్నవి. మరికొన్ని జాతిసూక్ష్మజీవులు తమ ఆహారమునకును, రక్షణకును, వేడికిని యితర ప్రాణులమీద నాధారపడియుండుటకు నేర్చుకొనినవి. ఈ జాతికి సంబంధించినవి రోగకారణములగు ఘాతుకజాతి సూక్ష్మజీవులు.

ఈ సూక్ష్మజీవులు ప్రప్రథమమున ఎట్లు లోకమున ప్రవేశించినవి? ప్రాచీనులు కొందరు ఈ జీవులు నిర్జీవ పదార్థములనుండి స్వతహాగా పుట్టెనని చెప్పుచుండిరి. కొందరు పండితులు వెన్ననుండిచుంచెలుకలు, మాంసము నుండి చిన్న చిన్న పురుగులును కలుగచేయు యోగము లను ప్రచురించియుండిరి. పదునేడవ శతాబ్దమున "రీడి" అను నతడు వాసనపట్టుచుండిన మాంసముపై సన్నని పొరగుడ్డనుంచి ఈగలను మాంసము నంటకుండ చేసినచో దానిలో పురుగులు పట్టవని నిరూపించెను. ఒక శతాబ్దము నడచిన తర్వాత "స్పెల్యాంజనీ" అను నతడు సూపు (soup) ను త్రెర్లకాచి, అందలి జీవులను చంపి, వెంటనే ఆ పాత్రమీద గాలి దూరకుండునట్లు మూత నుంచిన యెడల, మరల జీవులు "సూపు"లో ఉద్భవింపజాలవని, నిరూపించెను. కాని ఈ సిద్ధాంతములు, మరియొక శతాబ్దముగడచి, "ప్యాస్టోర్" పరిశోధనలవలన దృఢ పరుప బడిన తర్వాతగాని సర్వజనాంగీకారము బడయజాలక పోయెను. మామూలుగా పులియు పదార్థములు మొదట త్రెర్లకాచి, పిమ్మట సూక్ష్మజీవులు అందు చేరకుండ మూత వేసి పెట్టినయెడల ఆ పదార్థములు పూర్వమువలె తీయగాను, తేటగాను ఉండును. ఒకవేళ ఈ కాచిన ద్రవములలోనికి, వేడిగొట్టములగుండను, ప్రత్తిగుండను

గాలిని అంపించినను ఆ ద్రవములు పులియుటగాని, మురుగుటగాని కనబడలేదు. 'ప్యాస్ట్యోర్' అరువది సంవత్సరముల క్రిందట తయారుచేసి, మూతవేసి యుంచిన ద్రవ పదార్థములు నేటికిని సూక్ష్మజీవులు లేకయున్నవి. ధూళి విస్తారముగానుండు గాలిలో అసంఖ్యాకులముగ సూక్ష్మజీవులుండును. మాంట్ బ్లాంకు శిఖరమునందలి గాలిలోను, ప్రత్తి దూదిగుండ వడగట్టబడిన గాలిలోను, సాధారణముగ ఈసూక్ష్మజీవులుండవు. ఆహారపదార్థములను జాడీలోనుంచి త్రెళ్లెడి నీళ్లలో కొంతకాలముంచి, సూక్ష్మజీవుల నన్నిటిని చంపి జాడీకి గట్టిగా మూతవేసిన యెడల అందలి పదార్థములు చెడిపోవు. కాని ఒకరకము సూక్ష్మజీవులు మాత్రము గాలిలేనపుడుకూడ పెరుగుచుండును. మొత్తముమీద "స్వతఃజన్య సిద్ధాంతము" పూర్తిగా ఖండింపబడెను. సూక్ష్మజీవు లన్నియును ముందుండిన సూక్ష్మజీవులనుండి పెరుగుచుండెనని తీర్మానమయ్యెను. మొట్ట మొదటి సూక్ష్మజీవులు ఎచ్చటనుండి వచ్చినవి అనుప్రశ్నకు జవాబు యింకను మనకు తెలియదు. అవి, పంచభూతములనుండి ఏర్పడినవియో, నవగ్రహ తారామండలముననుండి రాలిన సూక్ష్మకణములనుండి జనించినవియో మనకు తెలియదు. ప్రపంచమున

మానవసృష్టికి పూర్వమే ఈ సూక్ష్మజీవు లుండెనన వచ్చును.

గాలి, సూక్ష్మజీవులు

కొన్ని సూక్ష్మజీవులు తేలికగా నుండుటవలన, ఏమాత్రము గాలి విసరినను, గాలిలోకి ఎగిరి వాతావరణమున మునుగుచు తేలుచుండును. గాలిలో తగు ఆహారము లభింపదు కాబట్టి క్రిములసంఖ్య పెరుగుటకు వీలులేదు. మన అదృష్టవశాత్తున గాలిలో చాల రకముల క్రిములు బ్రదుకజాలవు. రోగుల గదులలోను, చీము, కళ్లె, ధూళి మొదలగువానితోను సూక్ష్మజీవులు కొంత దూరము వ్యాపింపవచ్చును. గాలిద్వారా సూక్ష్మజీవులు రోగములను చాలాదూరమునకు గొనిపోజాలవు.

నీరు, సూక్ష్మజీవులు

ఆకాశగంగలోను, పాతాళగంగలోను, సూక్ష్మజీవు లుండవు. నేలమీద చేరిన నీటిలో, పలురకముల జీవు లుండును. కాబట్టి పీపాయీలు, బుగ్గలు, కాగులు, బావులు, గుంటలు, చెరువులు మొదలగువానిలోని నీటిని పానీయముగా నుపయోగించవచ్చునో యాలోచింపుడు. ఇట్టి త్రాగుడునీటిని పరిశుభ్రముగా నుంచుటకు రెండు సంగతుల నెరిగియుండవలెను.

(1) ఆ నీటిలోని కెటనుండి సూక్ష్మజీవులు చేరుచు న్నవి, అందులో నేమగుచున్నవి ?

(2) ఈ సూక్ష్మజీవుల చేరనివ్వకుండుటకు మనుజుడేమి ప్రయత్నములు చేయవలయును.

మేఘములనుండి యేర్పడిన వర్షబిందువులు, ఆదిలో పరిశుభ్రముగ నుండును. ఆకాశమునుండి భూమి మట్టము నకు అధోముఖముగ ప్రయాణము చేయునప్పుడు, దుమ్ము, సూక్ష్మజీవులు, మొదలగు దోషములు గాలిలోనుండి వర్షబిందువులలో చేరును. అట్టి బిందువులను ఒక శుభ్ర మగు గాజు పాత్రలో పట్టిన, భూతద్దముతో పరీక్షించిన యెడల నందనేక సూక్ష్మజీవులుండుట స్పష్టబడును. కాని, సాధారణముగ యిట్లు వర్షబిందువులలో చేరిన జీవులు రోగజనకములుకావు.

భూమిమీద, యిండ్లమీద పడిన నీరులో కోట్ల కొలది సూక్ష్మజీవులు చేరును. ఉష్ణము, ప్రాణవాయువు, పరిమితిగ, అనుకూలముగ నుండినయెడల, నీటిలోని పోష ణతో సూక్ష్మజీవులు పెరుగును. సంఖ్యాభివృద్ధినొందును. వీనిలో చాలరకములు గలవు. కొన్ని రోగకారణములు.

మానవుని ప్రేవులనుండియు, మనుజుల దేహభాగము లనుండియు, గ్రామపరిసరములలో, వీధులలో, యిండ్లలో

విసర్జింపబడిన మలమూత్రములలో, దొడ్డికసువు, జలదారినీళ్లు, మురికితొట్లు మొదలగువాని వలననో, పైరులుండు భూముల చేరిని సూక్ష్మజీవులు, ఆ నేలకు లాభదాయకములగును. కాని, ప్రపంచమును కలవర పెట్టునట్టియు - ప్రజాబాహుళ్యమునకు ప్రాణహానికరము లగు జలవాహక జాడ్యములన్నియు, ఈ సూక్ష్మజీవుల వలననే కలుగుచున్నవి. అట్టి రోగములలో ముఖ్యములు- కలరా (విషూచి) టైఫాయిడ్ (జ్వరము), డిసెంటరీ (రక్తభేదులు). పానీయ జలములలో విషపురుగులు కలవో లేవో పరిశోధించుట మంచిది. బావులలోను, కాలువలలోను, చెరువులలోను సాధారణముగ కలరా టైఫాయిడ్ – పురుగులు ఉండవు. 'కొలన్ బేసిలై' అనబడు సూక్ష్మజీవులున్నట్లు, పరిశోధనలు తెలిపిన యెడల, ఆయా జలాశయము - మానవ మలములచే మిశ్రమై దోషపూరితమైనదని గుర్తించవలెను. ఇండ్లలో నుండియు, వీధులలోనుండియు, ప్రోగుచేయబడిన చెత్త కుప్పలు, ఎరువు మొదలగువానిమీద పైరు చేయబడిన ఆకుకూరలు, కాడలు అతిజాగ్రత్తగా శుభ్రపరచనియెడల అందలి సూక్ష్మజీవులు వదలిపోవు. మురికినీటిలో, పెరిగిన ఆయిష్టర్లు, నత్తగుల్లలు, మొదలగునవి తినుట కొంత

అపాయకరము. పరిశుభ్రమయిన నీటి వసతులుండుచోట పెరిగిన ఆకు కూరలు, తినుట సమంజసము.

ఏదేశమందైనను, నగరమందైనను, క్రిమి భూయిష్టముగ నున్న చెడు నీటికి బదులు, నిర్మలములగు జలాశయముల నేర్పచిన వెనువెంటనే, ఆ ప్రదేశముయొక్కయు నగరముయొక్కయు, ప్రజలయొక్కయు, ఆయురారోగ్యములు హెచ్చును. జాడ్యముల వ్యాప్తి తగ్గును. మరణముల సంఖ్య, రోగుల సంఖ్య నానాటికి సన్నమగును... జలవాహక రోగములు మాత్రమేగాక, యితర రోగములును క్షీణించును. అయితే, మనుజులు, సర్వత్ర అతి జాగరూకతతో మెలగవలెను. పరిశుభ్రమగు నీటని, యెంతో భద్రముగ కాపాడి రక్షించినగాని, ఆ నీరు శుభ్రముగ చాలకాలముండదు. నిర్మలోదకములొసంగు వసతు లుండుచోట్లనూ, యీమధ్య టైఫాయిడ్ జ్వరము ప్రబలుచుండెను. అందుకు సాధారణ కారణము, అజాగ్రతయో, అజ్ఞానమో యనవచ్చును. లేదా ఆకస్మికముగ, జలదారి మురుగుడు నీరు గొట్టములు పాతపై, జీర్ణించి, సందులగుండా, నీరు, అందులోని పురుగులు, బయటవెడలి, పరిసరములలోని, త్రాగుడు నీటిగొట్టములలోనికో, త్రాగెడు నీటిజలాశయములలోనికో ప్రవేశము సంపాదించినవన్నమాట.

: సూక్ష్మజీవులు - కీటకములు :

సూక్ష్మజీవులు, పట్టుపురుగులను, తేనెటీగలను, యితర హీనజాతి జంతువులను, బాధపెట్టు చీడల కలిగించును. నిష్పక్షపాతబుద్ధిగలవో యనునట్లు, ప్రాణికోటికి హానికరములగు కీటకములను, సహా యీ సూక్ష్మజీవులు విడిచిపెట్టవు. కీటక కోటిలోను, అతిసారభేదులు, కండరముల జబ్బులు సూక్ష్మజీవుల వలన గలుగుచున్నవి. కీటక సమూహములలో సూక్ష్మజీవులు ప్రకోపించి, ప్రబలినపుడు, అంటువ్యాధులు వ్యాపించి, తీవ్రరూపము దాల్చుచున్నవి. కాబట్టి, ఆధునిక శాస్త్రజ్ఞులు, కీటకరాసులపై దాడివెడలుటకు, యీ సూక్ష్మజీవుల తుపాకిమందు, గుండ్లుగ, నుపయోగించుటకు యత్నములు చేయుచున్నారు.

సృష్టిలో, సూక్ష్మజీవు లనునవి నిజముగా కలవని మనుజులు ఊహించి, పరిశోధించి, నిరూపించుటకు చాల పూర్వమునుండియే కీటకములు రోగబీజములను, రోగాణువులను, చరాచర ప్రాణికోటులమీాద చల్లుచుండెను. కీటకములు, పురుగులు యెట్లు రోగములను, రోగబీజములను, మనిషినుండి మనిషికి, జంతువులనుండి నరులకు వ్యాపించచేయునో తెలియునా ? కీటకముల పాదముల

మీాద, రెక్కలమీాద, దేహముమీాద అశుభ్రములును, రోగి విసర్జనములును అంటియుండును. ఎగురునప్పుడు, తిరుగునప్పుడు, వ్రాలునప్పుడు, ఆదోషములు, క్రిములు, మనుజులమీాదను, ఆహారపానీయములమీాదను, భుజించు పాత్రలమీాదను పడును. పశుశాలలు, గుర్రపులాయములు, పెంటదిబ్బలు, పేడకుప్పలు, కసువుతొట్లు మొదలగుచోట పుట్టలు పుట్టలుగ పెరుగుచుండు పురుగులు, ఈగలు, మానవ సంఘమునకు ఘాతుక శత్రువులు. పాయిఖానా దొడ్లనుండి మురికితొట్లనుండి వంటయింటికి, పలుమారు రాకపోకలు సల్పుచుండు ఈగలు, జనులకు అజీర్ణము, ఆంత్రజాడ్యములు కలుగజేయు, విషక్రిముల నెన్నింటినో యింటినెల్ల విరివిగా వెదజల్లి పోవుచుండును. శుభ్రమైన గాలిపారుట, శుభ్రమైన నీరుతో కడుగుట, సూర్యరశ్మి తగులుటవలన యీా క్రిములలో కొన్ని నిరపాయకరములైనను, కీటకములవలన జరుగు వ్యాధి వ్యాపకము, మానవసంఘమునకు మిక్కిలి నష్టదాయకము. ఇతర కీటకములు, వ్యాధిగ్రస్తుల దేహమునుండి నెత్తురు పీల్చుకొన్నప్పుడు, విషపురుగులనుకూడ, తన ప్రేగుల లోనికి లాగుకొనును. ఈ క్రిములు, ఆ కీటకముల కెట్టి హానియు చేయవు; వాని దేహములోగల పోషణతో పెరిగి, కాలానుగుణమగు మార్పుల నొందుచుండును.

అట్టి సమయములలో, ఆ కీటకములు, ఆరోగ్యవంతుల దేహము తాకినపుడు, ఆరోగ్యవంతుల నెత్తురు పీల్చు కొనునపుడు, పొట్టలోని విషక్రిములను, నెత్తురు పీల్చుటకు చేయబడిన సూక్ష్మరంధ్రముగుండ దేహాంతర్భాగములోనికి నెట్టివేయును. లేదా, మనుష్యుల దేహము మీదపడిన విషక్రిములు, దురదతీరుటకు గట్టిగ రుద్దినపుడు, గీరినపుడు, చర్మములో నాటుకొని, రోగకారణములగును.

వ్యాధివ్యాపకము యింకొక విచిత్రమును, చిక్కులుగ నుండువిధముగగూడ జరుగును. సూక్ష్మజీవి యెదోనొక ప్రాణిలో ప్రవేశించి ఆ "అతిధి" దేహమున లైంగిక సంఖ్యాభివృద్ధి నొందును. అటు పిమ్మట మరియొకజాతి ప్రాణిలో ప్రవేశించుట తటస్థించగా నపుడు, లైంగిక భేదమగపడి స్త్రీపురుష రూపములతో సూక్ష్మజీవులు పెరుగుచుండును. ఇట్టి తరుణమున మగపురుగు ఆడపురుగునకు బిడ్డలు గలుగజేయును. అట్టి సంతతి విశేషముగా పెరిగి, ఆ రెండవతరము అతిధి దేహమంతయును ఆక్రమించుకొనును. కీటకము ఈమనుజుని రక్తము పీల్చునపుడు, ఆ కీటకములో ప్రవేశించి దానియందు నిర్లింగిక పరిమాణ మొందుచుండును. ఇవి "ప్రొటో

జువా". ఈ విషపురుగులను 'పేరసైట్సు' అందురు. ఈ పేరసైట్లు తమ అతిధుల పరిస్థితులకు తగినట్లుండుటకు నేర్చుకొనినవి. మొదటి అతిధిప్రాణి ఏవిధమైన యిబ్బంది ఎరుగకుండయుండగా, రెండవ అతిధి త్వరలో అనారోగ్యము పొందుచున్నది. అంతేగాక, ప్రతిపారసైటునకును, ఒక ప్రత్యేకజాతి ప్రధమ అతిధియు, యింకొక ప్రత్యేక జాతి రెండవ అతిధియు, కుదిరినట్లున్నది. మానవుడును, జంతువులును, సూక్ష్మజీవులకు నిజరక్తాహారము నిచ్చినపుడు రోగములనొంది మృతినొందుచుండుట విచారకరము. ఎగురుచు, ప్రాకుచుండు కీటకములు, సూక్ష్మజీవుల గుంపులకు, మజిలీలనొసగుచు, తాముమాత్రము నిరపాయముగ బ్రతుకుచున్నవి.

మృత్యుదేవత సైన్యమనబడు నానావిధ రోగములతో మానవుడు నిరంతరము పోరాడుచున్నాడు. కీటకములవలన కలుగు "యెల్లోఫీవరు" మలేరియాజ్వరము, "స్లీపింగుసిక్‌నెస్" మొదలగునవి వ్యాపించుచున్నవని నిరూపింప సంసిద్ధులైనవారు మానవసంఘాభిలాషులై, తమ ప్రాణముల నర్పించుటలో, కనబరచిన త్యాగము, వీరబుద్ధియు, సంస్మరణీయములు. వారి దేహత్యాగము, మానవకోట్లను ఆకస్మిక మృత్యువుబారినుండి తప్పించు

టయెగాక, ఇంతకుపూర్వము విషకీటకములతో నిండిన భూభాగములను, సుఖవాసములుగ మార్చెను. కీటకములు పెరుగకుండ చేయగలిగితిమేని వాని వలన వ్యాపించు వ్యాధు లణగిపోవును. పూర్వము మలేరియా జ్వరము గాలివలన కలుగుననిరి. జ్వరములు వ్యాపింపకుండ నాపు మార్గముల నెరుగకుండిరి. వ్యాధివాహకములగు కీటకముల కాటులవలనను, వాని విషశక్తుల నెరుగ నందున ప్రాచీన సామ్రాజ్యములును, నగరములును, నాగరికతలును రూపుమాసిపోయినవి.

ఈమధ్య పరిశోధనలవలన, కీటక కృతఘోరహత్యలు బైటబడినప్పటినుండి ఈ సంఘపీడలను, నిర్మూలము చేయుటకు సర్వయత్నములు జరుగుచున్నవి. మలేరియా, యెల్లోఫీవరును, వ్యాపింపజేయు దోమలు, "లెస్సెప్సు" ఇంజనీయరు పెనామా కాలువ నేర్పాటుచేయు ప్రయత్నముల భగ్నముచేసెను. పిమ్మట "గార్గాస్" జలదారులను శుభ్రపరచియు, దేహమునను, నీటిమీదను నూనె పోసియు 'వైర్‌నెట్టింగు' తంతికమ్మి తెర ఉపయోగించియు, దోమలను వానివలన అపాయములను చాలా తగ్గించి, పెనామా కాలువ త్రవ్వగల్గెను. ఇంకను ఉష్ణమండలములలో మలేరియా మృత్యుదేవత బలములకు

సేనానిగానున్నది. కాని ఈ క్రూరబంటుకూడ త్వరలో విజ్ఞాన శాస్త్రపరికరముల సహాయమున ఓడింపబడును.

సూక్ష్మజీవులు — జంతువులు.

మానవునికిని, జంతువులకును సాధారణమగు వ్యాధు లనేకములు గలవు. ఉదాహరణముగ కొన్ని పేర్కొను చున్నాము.

గొల్లకన్యనుజూచి, జెన్నరు ఊహించిన గొప్ప రహస్యము, లోకోపకారి యయ్యెనుకదా! పదునెనిమిదవ శతాబ్దాంత్యమున ఇంగ్లాండులో, వేలకొలది జనులు మశూచకము "స్మాల్ పాక్సు" వలన గాలికి పండుటాకులు రాలినట్లు మరణించిరి. బ్రతికినవారి ముఖములు, గుంటలతో, విరూపములయ్యెను. ఆవుల పొదుగులనుండి అంటుకొనిన ఒకవిధమైన "అమ్మవారు'' పోసినపిమ్మట, ఆవులవద్దనుండు పిల్లలను సాధారణ మసూచికము సోకకుండుటను జెన్నరు గమనించెను. ఎంతయో తలపోసి ఆ జెన్నరు గొల్లభామచేతి పక్కులనుండి కొంతచీము దీసి, యింకొక కుఱ్ఱవాని చర్మముమీద రుద్దెను. పిల్లవాని దేహమున టీకాలవంటి అమ్మవారు మొలకలెత్తెను. రెండునెలలయిన తర్వాత సాధారణపు మసూచకము పక్కులనుండి తీసిన చీము నితని శరీరమున రుద్దినను,

అతనికి ఈ జబ్బు సోకలేదు. ఒకసారి మసూచకము వచ్చినతర్వాత ఆమనుజుని దేహములో కొన్ని మార్పులు గలిగి, మరల నతని కా రోగము సోకకుండును. స్వల్ప బాధకరమగు టీకాలు పొందిన తర్వాతకూడ మనరక్తములో నట్టి మార్పులే కలుగుటవలన అటుపిమ్మట ఆ మసూచకము సోకకుండును. ఇవ్విధముగ, మనము ప్రస్తుతకాలమున వేయించుకొను టీకాలు మసూచకము నుండి రక్షకశక్తి నిచ్చునని సిద్ధాంతీకరింపబడెను.

ఇందుకు సాక్ష్యమేమి? ఏ దేశములలో టీకాలు ప్రతిబిడ్డకును వేయుచున్నారో, ఆదేశములలో మసూచకము మచ్చుకైన అగపడదు. ఎక్కడ టీకాలు అప్పుడప్పుడు కొందరికే వేయుచుందురో ఆ భూములలో నింకను మసూచకము వర్ధిల్లుచున్నది.

ట్యూబర్క్యులోసిస్ క్రిములు, కోళ్లయందును, పశువులలోను, మనుష్యునియందును పెరిగి వేలకొలది జీవముల తీయుచుండును. పశువులలో ప్రబలు "ట్యూబిర్క్యులు," మానవునికి అపాయకరముగ నున్నవి. త్రాగుపాలతోను, తినుమాంసములతోను, ఈ పురుగులు మనుజునిలో ప్రవేశించును. కాబట్టి ప్రతిపశువును జాగ్రత్తగా తనిఖీచేయించవలెను. పాలను తనిఖీచేయుటయేగాక, "ట్యూబర్క్యు

లబెస్టు''వలనను వ్యాధితోనుండు పశువుల గుర్తించవలెను. అట్టి పశువులను మందలోనుండి తీసివేయుట అత్యావసరము. లేనియెడల ఇతర పశువులును రోగమునకు గురియగును. పాలను కొంచెము అనుమానముతో గ్రహించి, ట్యూబర్కులరు పురుగులు చచ్చునంత వేడిగా కాచి, మూతవేసి, తరువాత ప్రజలు త్రాగుటకు పంచిపెట్టవలెను.

కుక్కలు.

కుక్కలవలన మనుజునకు సోకు వ్యాధులలో ముఖ్యము పిచ్చికుక్క కాటువలన కలుగు భయంకరచేష్టలు, అరపులతో కూడిన పిచ్చివ్యాధి. వెఱ్ఱికుక్కలు యిటునటు పరుగెత్తుచూ, కనబడినదానినెల్ల కరచును. అది పంటితో పీకినపుడు ఎంగిలిలోని విషపదార్థములు గాయముగుండ దేహములో ప్రవేశించును. అచటినుండి నరముల పొడుగునను మెదడునకుపోయి భయంకరలక్షణములు, వెఱ్ఱిచేష్టలు, కాళ్లుచేతులు పడిపోవుట, కనిపించి ప్రాణముపోవును. వెచ్చని నెత్తురుగల ప్రాణులన్నియు అనగా మనుష్యులు, పశువులు, కుక్కలు, నక్కలు మొదలగువానికెల్ల ఈ జాడ్యము సంభవించును. మానవకోటిపై కనికరముచే, "పేస్ట్యూర్" తన వార్థక్యమున పిచ్చికుక్కకాటు రోగమును గురించి పరిశోధనలు

చేయదొడగెను. ఈ వ్యాధికి మూలకారణమే సూక్ష్మ జీవియో నేటికిని తెలియజాలకున్నాము. కాని పేస్ట్యూరు దయవలన మనుజునికి కుక్కకాటువలన కలుగు బాధలను, ప్రాణాపాయమును కొంతవరకు తగ్గించ వీలయ్యెను. పిచ్చికుక్క ఎంగిలిలోని, విషపదార్థములను కుందేళ్లకు సూదిగుచ్చి వాని వెన్నుపాముతీసి కొంతమట్టుకు ఎండబెట్టి దానినుండి తయారుచేసిన 'వాక్సీను' సూదిమందుగా వాడుపద్ధతిని "పేస్ట్యూరు" కనిపెట్టెను. కుక్కకరచిన పిమ్మటనే ఈమందు వాడినయెడల, మనుజుని రక్తములో కొన్ని పదార్థము లుద్భవించి ఈ వ్యాధియొక్క భయంకర లక్షణములనుండి రక్షించును. ఇట్టి మహోపకార మొనర్చిన పేస్ట్యూరు మహాశయుని జ్ఞాపకార్థముగ, కృతజ్ఞతాచిహ్నముగ లోకమంతట "పేస్ట్యూరు పరిశోధనాలయముల" నిర్మించియున్నారు.

లోకములో పిచ్చికుక్కల బాధలను, మానవ ప్రాణహానిని తగ్గించుటకు, కుక్కలను బంధించుటయు, మూతులుకట్టివేయుటయు అవసరము. నగరమున వీధికుక్కలు లెక్కకు మిక్కుటముగ నుండుట, పౌరుల అజ్ఞానమును, అజాగ్రతను చాటుచుండును. భూతదయ అనగా కుక్కల విచ్చలవిడిగా తిరుగనిచ్చుటమాత్రమే యను అభిప్రాయము చాలపొరబాటు. మానవుల కష్టనష్టములను

మనసున తలపోసి; చతుష్పాద జంతువులయందువలెనే, మానవకోటియందును కరుణాంతరంగ హృదయులై, ప్రవర్తించినగాని ఆంధ్రులు విజ్ఞాన విచక్షణా సంశోభితు లనిపించుకొనజాలరు.

సూక్ష్మజీవుల దుష్టచేష్టలవలన, మానవ జీవితము, "దినగండము, నూరేండ్లు ఆయుస్సు" అను సామెత సార్థకమగుచున్నది. తల్లిగర్భమునుండి నేలమీదఁబడిన నిమిషముననుండి "మన్నుమన్నులోకలయుపర్యంతరము," లక్షలకొలది 'బేక్టీరియా'లకును, "ప్రోటోజువా" లకును, "వైరస్" లకును, చిన్నచిన్న పాములకును యీ మానవ దేహములు గేహములగుచున్నవి.

గాలినుండియు, నీటినుండియు, మనలో ప్రవేశించు సూక్ష్మజీవులలో పెక్కులు మనకెట్టి కీడును చేయవు. మరికొన్ని మనుష్యుని ప్రేవులలో (అంత్రములలో) నుండునవి, హానికరములుగ నుండకుండుటయే గాక, కొన్ని సమయములందు, మేలొనర్చుచుండును. సూక్ష్మ జీవులలో కొన్నిమాత్రము రోగజనకములు. అయినను స్వల్పసంఖ్యాకములగు నీజాతి సూక్ష్మజంతువులు మను జుని కెక్కువ నష్టము కలుగజేయుచున్నందున నివి శాస్త్ర పరిశోధనల ప్రాముఖ్యత వహించుచున్నవి.

ఆధునికులు సూక్ష్మజీవుల బాధలను సాత్వికబుద్ధితో ననుభవించుచున్నారనజాలము. మనుజుని దేహము అతి నాజూకైన మరలతో కూడిన యంత్రము. సూక్ష్మజీవుల ధాటికి సులభముగ లొంగిపోవును. అట్లయినను మానవుడు, తన బుద్ధి కుశాగ్రతచే, అగోచర శత్రువుల నెరిగినవాడై, దేహమునకు స్వతస్సిద్ధములగు ఆరోగ్యరక్షణ శక్తుల నినుమడింపఁజేయుమార్గముల కనిపెట్టియున్నాడు. సూక్ష్మజీవులను గురించిన విజ్ఞానము దినదినమునకు హెచ్చుచు ప్రజారోగ్య రక్షణకు తోడ్పడుచున్నది.

రోగహేతు భూతములగు ప్రతిజాతి పురుగులును లోన ప్రవేశించుటకును, బయట వెడలుటకును, నిర్ణీత మార్గములను కలిగియున్నవి. పురుగు, మానవ దేహములో చాలాకాలము విందుభోజనముల నారగించుచుండ వలయునను ఉద్దేశముతో చేరినదికాన, ఆశరీరధారి చనిపోవుట దానికి లాభకరముగాదు. ఆతిథ్యము నందుకొని సప్తధాతువుల రుచిచూచుచు సుఖనిద్రపోవుటకు నేర్వని పురుగులు మనుష్యుని శీఘ్రకాలమున జంపును. విందు లారగింప నేర్పరులయిన పురుగులు "ట్యూబర్కిల్," "సిఫిలిస్," క్రిములు, దొంగవలె తమజాడ కనబడకుండ, లోనప్రవేశించి, పెరిగి, సంఖ్యా

భివృద్ధి నొందియు, చాలా కొద్దిగ అంగవైకల్యము గలి గించును.

త్వక్కు, ముక్కు కస్ఫోరలు, శ్వాసమార్గము, జీర్ణ కోశము, మూత్రనాళము మొదలగు నవద్వారముల గుండ పురుగులు దేహములో ప్రవేశించును. ఒక్కొక్క రకపు పురుగులకు ఒక్కొక్క ద్వారముగుండ లోన ప్రవేశించుట వాడుకయయియున్నది. ముళ్లు, చీల, గాజు పెంకు, దంతపుకోరలు, గుచ్చుకొనుట వలన కలిగిన గాయముగుండ ప్రవేశించువిషపురుగులవలన "లాక్ జా", "గేస్ గేంగ్రీను", "పిచ్చికుక్క కాటు" లక్షణములు మొద లగునవి కలుగుచున్నవి.

సూక్ష్మజీవులు మానవ శరీరమను శిబిరములో ప్రవే శించు ద్వారముల నెఱిగినతర్వాత, వాని నరికట్టు "బందో బస్తు"లు చేయవచ్చును. అట్టి ప్రయత్నములవలన వ్యక్తుల ఆరోగ్యము, పరిసరముల పారిశుధ్యము, ప్రజల సౌఖ్యము క్షీణింపకుండును. "టైఫాయిడ్" జ్వరము రాకుండ తప్పించుకొనుటకు డాక్టర్లు ఎన్నిపాట్లుపడెదరు! త్రాగెడు నీటివసతుల శుభ్రపరతురు. ఆ జ్వరపురుగులు దేహమునగలవారిని తమ ఆహారము నంటనియ్యరు. పాలను కాచుకొని త్రాగుదురు. ఈగల చంపుదురు.

మలవిసర్జనములు మన్నుతో కలుపుదురు. జలదారి మురికిని పరిశుభ్రముచేయించుదురు. టైఫాయిడ్ జ్వర పీడితులగు రోగులను తాకినను, సమీపించినను, లోపను నీళ్లతో కడుగుకొందురు. ఎట్లయినను టైఫాయిడ్ జ్వర పురుగులను తాము మ్రింగకుండ నుండుటకు సర్వప్రయత్నములు సలుపుదురు.

అందరు మానవులును యిట్లు చేయుదురా? కొందరికి, ఆరోగ్యరక్షణోపాయములు తెలియకుండును. తెలిసినను చాలమంది సోమరితనమువలననో, అజాగ్రతవలననో ఏమతి భ్రమణచేతనో, అనుష్ఠానములో కనుబరచరు.

దేహమునుండి రోగహేతువులగు పురుగులేమార్గమున వినర్జింపఁబడును? కొన్ని చర్మముమీఁద కురుపుల నుండి వెలుపల వచ్చుచుండును. శ్వాసమార్గములలోనివి, తుమ్మినపుడు దగ్గునపుడు, గాలిలోచేరిపోవుచుండును. ఆహారకోశమున ప్రవేశించినవి మలముతోకూడ విసర్జింపఁబడును. ఈ వెలుపలకు వచ్చుద్వారములనెరుగుటవలన, పురుగులు ఇతరుల నంటకుండఁజేయుటకును, పురుగులను చంపుటకును, మనుజుఁడునేర్చెను. కురుపులమాన్పించిన పురుగులు తగ్గును. చీమిడి, గల్ల, మలమూత్రములును

క్రిమినిర్మూలన పదార్థములతో ముంచినయెడల విష పురుగులునశించును. మనుజుడు తానెరిఁగిన ఆరోగ్య శాస్త్రసూత్రములనెల్ల అనుచరణలో పెట్టెనేని, యిప్పటికంటె చాలాకాలము బ్రతుకును. ఇంతకంటె ఆరోగ్యముగనుండును.

సూక్ష్మజీవు లేవిధమున దేహములో నష్టముకలిగించును ? అవి పెరుగు స్థానములలో దేహకణములను పాడుచేయును. అంతకంటె ఎక్కుడుగ కీడుచేయునది సూక్ష్మజీవులవలన కలుగు విషము. యీవిషక్రిములు రక్తప్రవాహమూలమున దేహమంతయు వ్యాపించి, అన్నియవయవములను, అన్ని "టిస్యూలను", శిథిలము చేయును. కనఁబడియు కనఁబడని చిన్నగాయములలో పెరిగెడు"టిటెనస్" పురుగులు, దేహములో వ్యాపింపకపోయినను, దేహమంతట కండరములు బిగియుట యిట్టి క్రిమి విసర్జిత విషపదార్థ ప్రభావమే.

రోగజనకములగు పురుగులలో ఎక్కువసంఖ్య ఎక్కడ నాటుకొనునో (విడిది దిగెనో) అచటనే పెరుగుచుండును. కొన్నిజీవులుమాత్రము రక్తప్రవాహములో ప్రవేశింపగలవి, విరివిగాపెరిగి దూరభాగములలో

(బ్రైను, హార్టు) నాటుకొని, సంఖ్యాభివృద్ధినొంది ఎక్కుడు కీడును ప్రాణోపద్రవమును కలుగఁజేయుచున్నవి.

పురుగులు దేహమున ప్రవేశించి హానిచేయ ప్రయత్నించినపుడు, అత్మజ్ఞాన సహితములగు "కణములు" కూడ ఊరకుండుటలేదు. అట్టి "సెల్లుల" ద్రవములు (అన్నకోశమునందలి పులుసువంటివి) సూక్ష్మజీవుల ప్రవేశమున కడ్డుతగులును. యీ ప్రాకారమును దాఁటినను, తర్వాత మరిరెండు రక్షక దళములు గలవు. రక్తములోని శ్వేతకణములు అన్ని దెసలనుండి గుమిగూడి యుద్ధసన్నాహములతోవచ్చి, సూక్ష్మజీవులచుట్టునుగప్పి, వానిని కబళించి రూపుమాపును.

కొన్నిసూక్ష్మజీవులు యీదళమునుండి తెలివిగా తప్పించుకొనును. అప్పుడు రసాయనికయుద్ధము ప్రారంభమగును. సూక్ష్మజీవులనుండి తయారగు రసాయనిక పదార్థముల విషతీవ్రతను, పోఁగొట్టి, వానిని నిరపాయకరములు చేయుశక్తిగల నూతనపదార్థములు మనుజుని దేహమున జనించును. వీనివలన శ్వేతకణములు పురుగుల సులభముగ ఓడించి మ్రింగివేయును. వైరివర్గములనదగు సూక్ష్మజీవులు నిశ్శేషముగ నశించును.

సూక్ష్మజీవులు మానవుని ఆచారములను, వేదాంతమును, మతమును జీవితమును ఎంతవరకు మార్చినవో చూడుఁడు! గ్రీకుసైన్యములు జబ్బులకు గురియైనపుడు అందుకు కారణములు "అపొల్లో" ఆగ్రహబాణములనిరి. తర్వాత కొన్ని అంటువ్యాధులు ప్రబలఁగా వానిని ప్రజల పాపములకు దేవుడాజ్ఞాపించిన క్రూరదండనయనిరి. జన బాహుళ్యము అశుచిగను, అనారోగ్యముగను, నిస్సంతోషులుగ నుండిరి. మానవ ప్రయత్నమువలన రోగముల బాధనుండి తప్పించుకొనవచ్చునని ఆశయు, ఉత్సాహమును లేశమాత్రమును లేకుండెను.

అగోచరములగు రోగకారణములు విషపురుగులేయను రహస్యము తెలిసినతర్వాత మానవునికి మునుపటి అధైర్యము నిరాశయు తగ్గెను. ఏదేవునిబాణమో, ఏభీకర శక్తిదురాగ్రహమో, ఏచిల్లంగివాని మంత్రమో, యని గడగడవణకు చుండుటకు బదులు, నేడు, మనుజుఁడు మరియొకప్రాణితో, సూక్ష్మజీవితో పోరాడవలసియున్నదని ఎఱిఁగెను. స్వశక్తులవలన తన భవిష్యత్తును చక్కఁజేయ సమర్థుఁడయ్యెను. పూర్వకాలమున ప్రజాపీడలు ప్రబలి, వేలకొలఁది మరణించినపుడు జనసంఘము బీభత్సమై, సంపద, సౌఖ్యములను, సద్వర్తనము మరచి, మితిలేని పాపములకొడిఁగట్టి అనాగరికులవలె ప్రవర్తించు

చుండెను. ప్రజాపీడలు ప్రబలుటకును, తగ్గుటకును, కారణములు రెండు. మానవుడును, సూక్ష్మజీవులును. ఒక్కొక్క కాలమున, మనుజులలో ననేకులు ఒకానొక సూక్ష్మజీవికి లొంగిపోవు దేహతత్వములు కలిగి యుందురు. కార్చిచ్చువలె వ్యాధి ఎల్లెడల గ్రమ్ముకొనును. సూక్ష్మజీవులును అప్పుడప్పుడు తటాలున తీవ్రశక్తులను పొందవచ్చును. ఈ విషయమై యింకను పరిశోధనలు జరుగుచున్నవి.

మానవుల పరస్పర సంబంధములు మారుచున్నవి. పూర్వమునందువలె భయాకులులై జనులు కుష్ఠురోగిని రాళ్లతో కొట్టి చంపుటలేదు. పురుగులు వ్యాపింపకుండుటకు రోగిని సుఖముగా నొక ప్రత్యేకస్థలమున నుంచుచున్నారు. ప్రస్తుతకాలపు శస్త్రవైద్య ప్రాశస్త్యమునకు కారణము, సూక్ష్మజీవుల గాయములలో చేరనీకయుండుటకు మనుజుడు నేర్చుకొనిన నూతనశాస్త్ర విజ్ఞానమే. శక్తిహీనులను సూక్ష్మజీవుల బారినుండి రక్షింపను, దేశముల, గొప్పనగరముల, జనసమ్మర్దముగ చేయుటకును ఆధునిక శాస్త్రపద్ధతులచే సాధ్యమగుచున్నది.

ముందుగ జాగ్రత్తపడు చున్నందువలన నిప్పుడు జనించు తరముల వారిరక్తములో రసాయనిక రక్షకశక్తి

లుద్భవించుటకు అవకాశములేదు. ప్రస్తుతపు పరిశుభ్రతయు, ప్రజలలో ఆరోగ్యసూత్రానుష్ఠాన ప్రియత్వము నుండువరకు, మనుజుడు సురక్షితముగ నుండును. కొంచెము దురభిమానముహెచ్చి, అజాగ్రత్త జేసినా, వెంటనే సూక్ష్మజీవులు ప్రవేశించి అపూర్వదారుణముగ దేశమందంతటను వ్యాధిని ప్రజ్వరిల్లజేయును. కావున మానవుడు నిరంతరమును జాగరూకుడై వర్తిల్లవలెను.



5. కలరా – విషూచి

(రెడ్డి పత్రిక : ఆగష్టు 11, 25-8-1934)

కలరా యనబడు భయంకర రోగము, హిందూ దేశమున అనాదిగ నాటుకొనియుండు ప్రజా పీడలలో ముఖ్యమైనదైనను, ఆ పేరు వినినను, దాని విజృంభణ వార్త పఠించినను, కొలదిగానో, గొప్పగనో, కలవర పడకుండువారి సంఖ్య చాలా తక్కువ అనవచ్చును. ఒకటి రెండు మాసములనుండి పత్రికా ముఖమునను, ప్రయాణికుల సంభాషణవలనను, ఆరోగ్యశాఖా ప్రచురణముల మూలమునను, ఈసాంక్రామిక రోగము మొదట "మధ్యపరగణాలలో" అటనట, పొడచూపి, క్రమముగా నలుదిశలకు ప్రాకి, పల్లెలు, తాలూకాలు అల్లుకొని, జిల్లాలుదాటి సరిహద్దున నుండు రాష్ట్రముల ప్రవేశించుచుండెనని తెలియవచ్చు చుండెను. మధ్యపరగణాలలో జూలై నెలలో 21 మొదలు 28 తేదీలోగా, ఒక వారము దినములలో, 2500 మంది ప్రజలకు కలరా తగిలెననియు, వారిలో 1500 మంది మృతినొందిరనియు, గడచిన అయిదు వారములలో 6000 మంది ప్రజలు చనిపోయిరనియు హిందూ పత్రిక తెల్పుచున్నది. గంజాము జిల్లాయందు

ప్రతిదినము కొన్ని వందల పర్యంతము కలరా కేసులు తెలియవచ్చుచుండుటయు, విశాఖపట్టణము జిల్లాయందు అనేక తాలూకాలలో, కలరా పొడచూపుచుండుటయు, విజయనగరమున కలరావ్యాధి యొక్క వ్యాప్తిని అరి కట్టుటకు ప్రభుత్వమువారును, స్థానిక సంస్థలవారును, నాయకులును, ఒనర్చుచున్న నిరంతర కృషియు మీ రెరి గియే యున్నారు. ఇక ప్రస్తుతము ప్రతి పౌరుని యొక్కయు విధ్యుక్త ధర్మము లెవ్వి? మొదటిది, ప్రతి వ్యక్తియు, ఆధునిక శాస్త్రజ్ఞానమును సంపాదించుట. రెండవది శాస్త్రజ్ఞాన సూత్రానుసరణముగ, తమ యొక్కయు, కుటుంబముయొక్కయు నగరముయొక్కయు ప్రవర్తనను చక్కజేయుట.

ప్రజలకు అవసరమైన శాస్త్రజ్ఞానమేది?

కలరాయొక్క పూర్వలక్షణములు, అది కలిగించు వాంతిభేదులు శరీరమున కనిపించు దోషవికారములును, తత్ఫలితముగ సంభవించు ప్రాణాపాయమును సర్వజన విదితములు.

కలరాయొక్క ప్రాచీనత : భూగోళ వ్యాప్తి:—

ప్రాచీనకాలమునుండి, "కలరా" రోగము ప్రబలు చుండినట్లు అనేక నిదర్శనములు గలవు. క్రీస్తుపూర్వము

సుశ్రుతుడును, గ్రీకు భిషగ్వరుడు హిపోక్రెటీసును, తర్వాత రోమక వైద్యపండితుడు గేలను, విషూచిని గురించి వ్రాసియున్నారు. చైనాదేశమున, వేలకొలది యేండ్లుగ కలరా యుండినట్లు వ్రాతలు గలవు. మహమ్మదీయ యుగములలోను, ఇండియాలో కలరా పొడసూపుచుండినట్లు సాక్ష్యములున్నవి. పోర్చుగీసు దేశీయుడు, గేస్పర్ కోసియా అనబడు ప్రాగ్దేశసంచారి, కాలికట్టు సైన్యములో 1503 సం॥ ప్రాంతములలో కలరా వలన 20 వేలమంది మరణించినట్లు వ్రాసియున్నాడు. క్రీ॥ వె 1774 సం॥లో మద్రాసులో కలరా రేగుచుండినట్లు డాక్టరు 'పైస్లె' వ్రాసెను. 1783 సం॥ లో హరిద్వారమున జరిగిన సమ్మేళనమున 20 వేల జనులు కలరావలన మడిసిరి.

ఆధునిక యుగమున, పందొమ్మిదవ శతాబ్దారంభము నుండి కలరాయొక్క తీవ్రతయు, వ్యాప్తియు హెచ్చెను. 1818 సం॥ లో బెంగాలునుండి, మధ్యపరగణాలు, సంయుక్త రాష్ట్రములును, అల్లుకొని, క్రమముగా, దక్షిణమున సింహళమునకును, పశ్చిమోత్తరముగ పారసీకమునకును వ్యాపించెను. తర్వాత 1826 లో యీరోగ పిశాచము, తన జన్మస్థానమైన భరతఖండము తనకు బలి భూమిగ చాలదనుకొనికాబోలు, మనదేశముయొక్కయు

ఆసియా ఖండముయొక్కయు హద్దులదాటి అఖిల భూగోళముమీద దాడి వెడలెను. పంజాబునుండి ఆఫ్గనీస్థానముమీదుగ 1829 సం॥ మునకు పారసీకమును చేరెను. అటనుండి సముద్రతీరమున వ్యాపించి మధ్యధరాసముద్ర ప్రాంతములకును, బాటసారులవెంట దక్షిణ ఋష్యాదేశమునకును, 1830 సం॥ లో యెగబ్రాకెను. ఆ కాలమున రాకపోకలకు, రైళ్లు, స్టీమరులు మొదలగు శీఘ్రగమన సౌకర్యములు లేనందున, ఇండియానుండి యూరపువరకు కలరా వ్యాపించుటకు 5 యేండ్లుపట్టెను. నేడు అయిదు దినములు చాలును. 1832 సం॥ మునకు కలరా, ఐరోపా ఖండమునంతయు ఆవరించుకొని భీభత్సము చేయుచుండెను. ఆ సంవత్సరమే, ఐరోపానుండి కనడాకును, యునైటెడ్ స్టేట్సునకును చేరెను. 1836 సంవత్సరారంభమునకు కలరా న్యూయార్కు నగరమును కూడ ప్రవేశించుటయేగాక, ఉత్తర అమెరికాయందెల్ల వ్యాపించి యుండెను. 1838 సం॥ వరకు తీవ్రత తగ్గు సూచనలు లేకుండెను. తుదకు క్రమముగ, 1839 సం॥లో పాశ్చాత్యదేశములనుండి అంతర్ధానమొందెను. మూడవ మారు 1846—62 సం॥లో, ఒంటెలమీద ప్రయాణము చేయువారి మూలమున పరిష్యా, రష్యా దేశములకును, ఇండియానుండి, సముద్రయానముచేసి మక్కాకు పోవు

మహమ్మదీయ యాత్రికులవెంట ఈజిప్టు, టర్కీ దేశము లకును, వ్యాప్తి నొందెను. ఈ విజృంభణమునందే 1848 సం॥లో అమెరికాదేశముచేరి, క్రొత్తగ, మధ్య అమెరికా దక్షిణ అమెరికా దేశముల అల్లుకొనెను. ఈ వ్యాప్తి వలన, 1849 లో మాత్రము ఇంగ్లాండుదేశమున 53 వేల ప్రజలును, లండను నగరమున 13½ వేయి జనులును మృతినొందిరి.

పిమ్మట 1863 మొదలు 1875 లోపల మరల నొక సారి భూగోళవ్యాప్తి నొందెను. అయిదవసారి 1883 లో లోక వ్యాప్తి నొందునప్పుడే, ఈజిప్టులో పరిశోధనలు సల్పుచుండిన 'కాక్' మహాపండితుడు 'కలరా' రోగ బీజమనదగు సూక్ష్మజీవిని గుర్తించివర్ణించెను. ఆమహాను భావుని పరిశోధనా ఫలములు నేడు మానవకోటికి ప్రాణ ప్రదానము చేయుచున్నవి. ఆరవసారి 1892 లో ఐరోపా దేశమున మరల కలరా కలవరపెట్టెను. ఈమారు ఒక్క రష్యా దేశముననే 10 లక్షల జనులు మరణించిరి. అయితే యీ తరుణమున హ్యాంబర్గు నగరమున సంభ వించిన విచిత్ర సంఘటనములవలన ఆరోగ్యశాస్త్ర పరి శోధకుల దృష్టియు, ఊహలును, పెడదారులను విడనాడి యదార్థమార్గమును పట్ట వీలయ్యెను.

భరతఖండమున
కలరా వ్యాప్తికి తోడ్పడు పరిస్థితులు.

ఇక ఇండియా దేశమున కలరావలన గలుగు ఘోర నష్టమును గమనింపుడు. 1900 సంllలో 8 లక్షల ప్రజలు కలరావలనమరణించిరట. రమారమి ఒకజిల్లాయందుండు నంతమంది జనులు నిర్మూలమైనట్లు కాదా ? సామాన్యముగ ప్రతి సంవత్సరమును 4 లక్షల ప్రజలు కలరా వలన మృతి నొందుచున్నారు. ఇది దేశమునకు ప్రజలకు యెంత హానికరమో మీరే యోచింపుడు.

హిందూదేశమునందలి అన్ని రాష్ట్రములలోను, కలరా సమాన తీవ్రతతో ప్రజ్వరిల్లుటలేదు. ఏటేట, వంగరాష్ట్రమున, గంగా ముఖద్వారమునను, అస్సాము, బీహారు, ఒరిస్సా ప్రాంతములలోను, మద్రాసురాష్ట్రమున సముద్రతీరపు జిల్లాలయందును, కలరా పొడచూపు చుండును. ఈ భాగములలో గాలిలో హెచ్చుగ ఆవిరి యుండుటవలన కలరా వ్యాపించునట. పంజాబులోను, సంయుక్తపరగణాలలో కొన్ని జిల్లాలలోను, దత్తమండలములోను, మాసములకొలది, యేండ్లకొలది, కలరా కన బడకయే యుండును. కాని అప్పుడప్పుడు యితర రాజ్యములనుండి వ్యాపించి విజృంభించుచుండును. కలరా, అఖిల భరతఖండవ్యాప్తి నొందుటకు కారణములు గమ

నించితిరా ? అజ్ఞాన గాఢాంధకారమున మునిగియున్న మన దేశమున సంవత్సరమునకు 2 కోట్ల యాత్రికులు దేశ మందలి పుణ్యతీర్థములను, పవిత్ర పట్టణములను, సందర్శించుచు, సంచారము చేయుచుందురు.

హరిద్వారము, అలహాబాదు, నాసిక, జగన్నాథము మొదలగు పుణ్యక్షేత్రములలో చేరు లక్షలకొలది గుంపులు, అచటి జనసమ్మర్దములో పొడచూపు కలరాను, తమవెంట వివిధరాష్ట్రములకును పంచిపెట్టుచుందురు. ఈ మహాజన సమూహములలో యెందరో కలరా పురుగుల తమపొట్టలో పెంచుచుండువారుందురు. కొందరు కలరా తగిలి చనిపోవుచుందురు. మరికొందరు పురుగులనులోన కలిగియుండియు, కలరా లక్షణముల చూపకయుందురు.

అయినను, తమ విరేచనములో పురుగుల వెడలించుచుందురు. కలరా తగిలిన వారిని అంటి సపర్య చేయువారును, కలరా రోగియొక్క వమన విరేచనములతో చేరినవస్త్రముల నంటిన వారును, కలరా పురుగులను, మ్రింగుటకు అవకాశ ముండును. వీరందరును తిరునాళ్లు, జాతరలు, పుష్కరములు ముగిసినతర్వాత తమస్వగ్రామముల చేరుసరికి కలరా లక్షణముల ప్రదర్శించుచుందురు.

ఒక్క మద్రాసు రాజ్యమున, కలరా, కలగించు నష్టము ను కనుడు. మరణము 1911• సం॥ 80 వేలు; 1912 సం॥ 60 వేలు; 1913 సం॥ 6 వేలు; 1914 సం॥ 24 వేలు; 1915 సం॥ 26 వేలు; 1916 సం॥ 4 వేలు; 1917 సం॥ 48 వేలు. 1918 సం॥ 122 వేలు. అనావృష్టి, క్షామమును, వాని వెనువెంట అతి వృష్టి, వరదలును, తటస్థించిన కలరా విజృంభించుట తప్పదని రూఢిగ చెప్పవచ్చును. ఈరహస్య సూత్రముల గుర్తించి, వాతావరణ పరిస్థితుల గమనించి, యేవత్సరమున, యెప్పుడు, యేప్రాంతములలో కలరా చెలరేగు అనుకూలము లున్నవో ముందుగ జ్యోతిషము చెప్పవచ్చునని రోజర్సుగారు సిద్ధాంతీకరించి యున్నారు.

కలరా వ్యాపించు రహస్య మార్గమేది?

నీటికిని, కలరా వ్యాప్తికిని గల పరస్పర సంబంధమును, ప్రప్రథమమున సూచించి, నిదర్శన పూర్వకముగ స్థాపించుటకు తోడ్పడినది, లండను నగరమున 1884 సం॥ లో సంభవించిన సాంక్రామిక విజృంభణమే. ఆ మహానగరమున అనావృష్టి, వాతావరణ స్థితులు జలదారి లోపములును, అన్ని భాగముల నొకే రీతిగ నుండినను గోల్డన్ స్క్వేయర్ అను భాగమున మాత్రము

తదితర భాగముల కంటె, పదిరెట్లెక్కువగ కలరా ప్రబలి యుండెను. బ్రాడ్‌స్ట్రీటులో ప్రసిద్ధికెక్కిన యొక నూయి పరిసరములలో కలరా కేసులు హెచ్చు చుండెను. ఆనూయి యుండిన కర్మాగారములో, అత్యధికముగ, 'కలరా' కేసులు అంటు కొనుచుండెను. ఈ కర్మాగారమునకు ప్రక్కననే యుండిన 'బ్రూయరీ' లో పనిచేయు వారు, తమ యావరణములో నుండిన వేరొక నూయి నీరునుపయోగించు చుండిరి. ఈ రెండవ సమూహములో నెవ్వరికి కలరా సోకలేదు. ఇంకొక చిత్రము కూడ గమనింపబడెను. ఈ భాగమునకు దూరముగ నుండి 'కలరా' యెరుగని యొక భాగమున వసించు చుండిన దొరసాని యొకతె యీ "బ్రాడ్‌స్ట్రీటు" నూయి నీటిమీద అతి యిష్టముచే, దినదినము, సీసాలతో యిచటి నుండి నీరు తెప్పించుకొని త్రాగుచుండెను. ఆమెయు, ఆమె బంధువురాలును, నౌకరియును, కలరా వాతబడిరి.

ఈ సూచనల రెండవసారి దృఢపరచి, పరిశోధకులకు విజ్ఞానోదయము కలుగచేసినది హ్యాంబర్గునగరము, 1892 సం॥ లో పడిన పాట్లే. ఈ సంవత్సరమున ఆగష్టు 12 తేది మొదలు, అక్టోబరు 23 తేదిలోపల హ్యాంబర్గులో 17 వేలమందికి కలరా సోకెను. అందు 8600 మంది మృతి

నొందిరి. ఈ సాంక్రామిక వ్యాప్తికి కారణము రష్యా నుండి వచ్చిన కలరా రోగుల బట్టలేనట. హ్యాంబర్గు నగరము "ఎల్బి" నదికి కుడిగట్టున నున్నది. ఆకాలమున, ఆనగరముయొక్క జలదారి కాలువనీరు నగరమునకు కొంచము క్రిందుగ నదియందు కలయుచుండెను. (నేటి కిని, మనదేశమున యీ దుస్థితి అనేక నగరములయందు చూడనగునుగదా!) నగరోపరిభాగమున నుండు ప్రవాహములోని జలమును నగరవాసులు త్రాగుటకు వాడు చుండిరి. ఆజలమును, వేరెట్టి ప్రయత్నము చేతను శుభ్ర పరచకయే, గొట్టముల మూలమున, ప్రజల కందచేయు చుండిరి. ఇక 'ఎల్బి'నదికి ఆవలగట్టున 'ఆల్టోనా'పట్టణ ముండెను; యీపురమున, హ్యాంబర్గులో కలరా చెల రేగు కాలమున, 500 కేసులు మాత్రము గుర్తింప బడెను. హ్యాంబర్గులో వేయ్యింట 13-14 జనులు మరణిం చుచుండగా, ఆల్టోనాలో, వేయింట యిద్దరు మాత్రము చనిపోవుటయేల? హ్యాంబర్గుజలదారినీళ్లు "ఎల్బి"నదిలో చేరినపిమ్మట ఆమిశ్రప్రవాహమునుండి, అల్టోనాజనుల పానీయజలములు వచ్చుచుండెను. కాని, ఆయేటిజలము, చక్కగ వడగట్టబడినదై నిర్మలముగా, జనుల కందింప బడుచుండెను. ఇదియే ఆల్టోనాలో కలరా చాల తక్కు వగ నుండుటకు కారణమని వైద్యపండితులు సందేహింప

జొచ్చిరి. ఇంతేకాదు, హ్యాంబర్గునందు నాలుగు పెద్ద ప్రజాసంస్థలందు, నూతులలోని నీరు వాడుచుండిరి. దీనియందలి 2075 జనులలో, ఒక్కరికైనను కలరా సోకలేదు. మరియొక ఆశ్చర్యకరమైన విషయము. హ్యాంబర్గు, ఆల్టోనా సరిహద్దులలో, రెండుశ్రేణులలో 72 గృహములయందు, 400 మంది ప్రజలు కాపుర ముండిరి. వీరికికూడ, ఆల్టోనా నీటివసతులనుండి జలము లొసగబడుచుండెను. ఈ జనులలోను కలరా తలచూప లేదు. కలరా నీటిమూలమున వ్యాపించుననుటకు యింతకంటె ప్రత్యక్ష నిదర్శనమేమి కోరగలము ?

నిర్మలోదకముల అవశ్యకత

కాబట్టి సాధారణ దినములయందు శుభ్రముగ దోష రహితముగనుండు జలముల మాత్రమే త్రాగుట ఆరోగ్య కరమనియు, అవసరమనియు, యెరుగనివారును సహి తము, కలరా తీవ్రముగ వ్యాపించు తరుణములనైన, అతి శుభ్రమైన నీటిని ఉపయోగించుట శ్రేయోదాయకము. అజాగ్రత అనర్థదాయకమని యెరుంగవలయును. కొళాయినీరు, భావినీరు, కాలువలనీరు, చూచుటకు తేటగా నుండినంతమాత్రమున తృప్తిపడరాదు. అట్టి జలములోను, కోట్లకొలది కలరా సూక్ష్మజీవులుండును.

కావున మనకు అందుజలముల చక్కగా త్రెళ్ళకాచి, శుభ్ర మైన పాత్రలలోనుంచి యుపయోగించవలెను. లేదా "బర్కు—ఫీల్డు ఫిల్టర్లు"గుండ వడగట్టబడిన నీటిని యుపయోగింపుము. సంస్థలయందు నీటిని తగు రసాయనిక పదార్థములతో శుభ్రపరచి తర్వాత త్రాగవలెను. అట్లు చేయుటకు "క్లోరోజెడ్" మొదలగునవి ఉపకరించును.

ఇంతవరకు కలరా నీటిమూలమున వ్యాపించునది యని నేర్చుకొంటిమి. నీరు మాత్రమేగాక యేవిధమైన పానీయమైనను, ఆహారమైనను, కలరా క్రిములను, మానవుని ప్రేగులలోనికి ప్రవేశపెట్టగలవు. జలదారి మురికి కాలువలచే, దోషభూయిష్టమైన నీటిలో పుట్టి పెరిగిన "పీతలు" "నత్తగుల్లలు" మొదలగు జలచరముల భుజించువారికి కలరావలన అపాయము కలదని వారు యెరుగక పోవచ్చును. అట్టి మురికినీటిచే సాగుచేయబడిన తోటలలో పెంచబడిన కూరగాయలు, తోటకూర కాడలు, ఆకులును, కలరా పురుగులను కలిగియుండ వచ్చును. ఈ తోటలనుండి గృహములకుపోవు శాకముల తో,కలరాజీవులును, యింటింట ప్రవేశ మొందుచుండును.

ఇక నిర్మలాంబువులచేగాక, భావినీళ్ళతోను, కాలువల నీళ్ళతోను, మురికిచేరిన కొళాయినీళ్లతోను, తయారు

చేయబడుచుండు "సోడాలు" పానకములు, షర్బత్తులు యీ కాలమున చాల అపాయకరములుగ నెంచవలెను. నీరు కనబడినచోటనెల్ల, దూరాలోచనలు లేక, దురాశచే పాలలో నీరుచేర్చు పాలవాండ్లు విక్రయించు పాలును, ప్రజాసమూహములలో కలరావ్యాపింపజేయును. ప్రస్తుతము మన దేశమును కప్పియున్న మాంద్యమువలన వీరు నాలుగుకాసులు సంపాదింపవచ్చును; జుల్మానాలను, ఖయిదును తప్పించుకొనవచ్చును. కాని అంతరాత్మయు ధర్మసంస్థాపనాచార్యుడగు జగత్కర్తయు వీరిని తగు రీతిని శిక్షింపక విడుచునా!

అశుభ్రజలములతోను, నిర్మలముకానట్టి పాలతోను తయారు చేయబడిన తినుబండారములును కలరా వ్యాపింపజేయును. కాబట్టి యీ కాలమున యెట్టి సందేహాస్పదమగు ఫలహారములను, అంగడివీధులయందు, జలదారి కాలువలయొద్దను, ఈగల గుంపులమధ్యను, అమ్మబడు యే వస్తువునుగాని, తినుట చాల అపాయకరము.

ఉపయోగించు నీరు, పాలు, ఆహారములు, శుభ్రముగ నున్నను, చుట్టుపట్లనుండు మురికిగుంటలు, పెరటిదొడ్లు మొదలగు అపరిశుభ్ర ప్రదేశములనుండి బయలుదేరు యీగలగుంపు, కలరా విషపురుగులను, తమ రెక్కల

మీదను, కాళ్లమీదను, వ్రేగులలోను వహించి వచ్చి, ప్రజల ఆహార పానీయములమీదను, పాత్రలమీదను వెదచల్లిపోవుచుండును. అందువలన యీగలు, కలరా వ్యాపకమునకు ముఖ్యకారణములు. అందువలన ఆహార పానీయములను, యీగలనుండి కడుజాగ్రత్తతో రక్షింపవలెను. వంటపాత్రలకు మూతవేసి యుంచుటయేగాక, వండిన పదార్థముల వేడిగనే భుజించుటయు, ఆలస్యమున్నప్పుడు, తంతకమ్మి తెరల తలుపులుగల పెట్టెలో వంటకములు దాచియుంచుటయు అత్యవసరము. ఆహార పదార్థములను, గిన్నెలను, తాకువారు కాండీస్ ద్రావకముతో తమ చేతులను శుభ్రము చేసుకొని, తర్వాత గిన్నెలను, గ్లాసులను, ఆ ద్రావకముతోనే శుభ్రపరచి, ఆహారపానీయముల నొసగుట ఆరోగ్యరక్షక పద్ధతి.

వ్యక్తియొక్క ఆరోగ్యమును రక్షించుట.

(1) "కలరా" వ్యాపించుచుండు కాలమున చక్కగా వండని పదార్థములను, చల్లబడిన వానిని కొంతతడవు నిలువ యుండిన వానిని, పులసినట్టియు, బూజు పట్టినట్టియు పదార్థములను, భుజించుట అనారోగ్యకరము మాత్రమేగాక, కలరా రోగ స్థాపనమునకు అనుకూలముల నొసగును.

(2) ఉపయోగించు పండ్లు, కూరగాయలు శుభ్రముగా నుండునట్లు వేడినీళ్లతోనూ, కాండీస్ ద్రావకముతోనూ కడిగిన తర్వాతగాని వాడుకొనరాదు.

(3) కలరా క్రిములు మురికినీటిలో అవిచ్ఛిన్నముగ సంఖ్యాభివృద్ధినొందు శక్తిగల్గియున్నను, ఆమ్లోదకములో జీర్ణమై క్షయమునొందును. మానవుని అన్నకోశమందు ద్రవించు జీర్ణరసములో ఆమ్లముండును. గాన ఆరోగ్యవంతుడగు మనుజుని పొట్టలోనికి భోజనముతో కూడ ప్రవేశించు పురుగులు నశింపవచ్చును. అజీర్ణ రోగుల కడుపులోను, పరగడపున భోజనమునకుముందు నీరు త్రాగుటవలనను, కోశములో ఆమ్లరసము లేనికాన, క్రిములు నిరాటంకముగ పెరుగులజొచ్చి, భయంకర లక్షణముల ప్రదర్శించును. కలరా ప్రబలు కాలమున "అజీర్ణము" రాకుండ కాపాడుకొనుట యెంత ముఖ్యమో గ్రహింపుడు. జీర్ణముకాని వస్తువులు పచ్చికాయలు, ముదరమాగిన పండ్లను, జీర్ణకోశమును చెరిచి, కలరా పురుగుల భీభత్సమునకు తావిచ్చును.

(4) కలరా ప్రబలుచుండు కాలమున విరేచనౌషధముల "ఉప్పులను" తీసుకొనుటయు జీర్ణశక్తులను, ప్రేగులను, పాడుచేసి, కలరాకు అనుకూలముల నిచ్చును.

శరీరారోగ్య రక్షక శక్తుల పురికొల్పుట.

వ్యక్తియొక్క ఆరోగ్యమును రక్షించుట మాత్రమే గాక, దేహరక్షక శక్తులను వృద్ధిచేయు చికిత్సా క్రమమును అవలంబింపవలయును. ఈపద్ధతి హీన బలులకు మాత్రమేగాక, దృఢ కాయులకును మంచిది. ముఖ్యముగ నూరూరతిరుగుచుండువారును, నిర్మలోదకములనే త్రాగుచుండుటకు వసతులులేని వారును, నౌకరీలమీద నాధారపడియుండువారు, అశుచిగ నుండు పరిసరములలో వసించువారును, యీ శాస్త్రపద్ధతి నవలంబించుట భావ్యము.

ఆరోగ్య రక్షణకై తగు ఆరోగ్య సూత్రముల నవలంబించుటయేగాక, స్వతస్సిద్ధముగ, దేహములో నుండు రక్షక శక్తులను, రసాయనిక పదార్థములను అభివృద్ధి చేసి, వానిచేత రోగబీజములగు క్రిములను ఉపసంహరింపచేయుటయు, ఆధునిక శాస్త్రపరిశోధనా ఫలితములలో నొక్కటి. కలరా వ్యాధికి ఇట్టి "ముందుచికిత్స" సాధ్యమని నమ్మి ప్రయత్నించి, సాధించిన గౌరవము హాఫ్కిను పండితునకు చెల్లవలయును.

కలరా క్రిములను రసాయనిక పదార్థములచే, నిర్జీవములుగ చేసి, వానిని సూదిగ్రొట్టములద్వారా, దేహము

లోని కెక్కించిన యెడల, శరీరమున కొన్ని మార్పులు కలిగి నూత్న పదార్థము లుత్పత్తియగును. ఈరక్షక పదార్థములు కలరా పురుగుల నుండి మనుజుని 6 మాసముల వరకు రక్షింపశక్తిగలవియై యున్నవి. అందు వలన కలరా వ్యాపించు నపుడు ప్రతి వ్యక్తియు, యీ సూదిమందును వేయించుకొని తన శరీరము యొక్క సహజశక్తులను పెంపొందించుకొనుట జ్ఞానపద్ధతి. ఈ "ఇంజక్షన్" చాల బాధకరముకూడ గాదు. ఇక సూది మందు పేరు విన్ననే యేడ్చువారును, చిందులు త్రొక్కు వారును, వీనికి బదులుగ "బిలివేక్సీను" అను పేరుతో తయారుచేయబడుచున్న పప్పరమెంట్లవంటి బిళ్లలను, 3 దినములు పుచ్చుకొనవచ్చును. ఇవి, "యింజక్షన్"తో సమానమైన గుణమును యివ్వజాలవు. కలరా ఋతువు ఆరంభించగనే, ప్రతి తెలివిగల వ్యక్తియు, తన కుటుంబ మునకు సూదిమందు చికిత్సచేయించుట, తనకు మాత్రమే గాక, యిరుగు పొరుగువారికిని, లాభదాయకమనియు ఆరోగ్యదాయకమనియు గ్రహింపవలెను.

ఏగృహామందైన కలరా సంభవించినపుడు పౌరుల ధర్మములెవ్వి ?

(I) నిజపరిస్థితుల దాచక తక్షణమే అనుభవజ్ఞుడును, సమర్థుడునుఅగు వైద్యుని సలహా పొందవలెను. పేదలు

ఆసుపత్రికి రోగినిపంపుట సులభమార్గము. ధనవంతులకు గృహాసౌకర్యము, వైద్య సంపత్తియు నుండిన, యింటి యందే తగు జాగ్రతలు పుచ్చుకొనవచ్చునని భ్రమపడు దురుగాని, కలరా రోగవ్యాప్తినడ్డుటకు, ప్రతిరోగిని, ఆసుపత్రికి కొనిపోవుట మేలు.

(2) ఆరోగ్యశాఖాధికారులకు సమాచారము తెలియ చేయుట. వీరు తమ మందులను, ఆరోగ్య సైన్యమును వినియోగించి, ఆయింటిని శుచిగ చేయుటయేగాక చుట్టు పట్లకును ఆరోగ్యరక్షణ చేయుదురు.

(3) రోగిని అంటిన గుడ్డలను, వస్తువులను, పాత్ర లను, జాగ్రతగా క్రిమిసంహారక పదార్థములతోను, లేదా "Steam" తోను, శుభ్రపరచవలెను. భోజనమునకు ముందు చేతులను శుభ్రముగ కడుగుకొనవలయును.

(5) రోగియుండు గదిలో నీటిని, ఆహారమును పుచ్చు కొనకుండుట.

(6) రోగియొక్క వమన విరేచనములపై వ్రాలి మేసిన ఈగలగుంపులు కలరా క్రిములను చుట్టుపట్ల వెదజల్లును. కాన, జాగ్రత్తతో, ఆ విసర్జనములను, (వమనమును, మలమూత్రములను) క్రిమిసంహారక ద్రవములతో కప్పి యుంచి, వీలయినంత త్వరలో, వీటిని కాల్చివేయవలెను.

లేదా నీటివసతులకు దూరముగ నుండుచోట, లోతయిన గుంటలలో పూడ్చవలెను. విసర్జనములను, పెరటిలోను, చవిటికాలువలలోను, వీధిగుమ్మములోను క్రుమ్మరించుట, పురమునకేగాక మీయింటికిని అపాయకరము.

కలరా మిక్కిలి భయంకరమైన వ్యాధి. అది నిమిష ములలో, గంటలలో, పల్లెల, నగరముల, దేశముల నల్లు కొనును. దానివలన కలుగు ఆరోగ్య నాశనమునకు, ప్రజాకష్టములకు, ప్రాణనష్టమునకు, దేశారిష్టములకు మితి లేదనవచ్చును. అయినను, వైద్య పరిశోధనా ఫలి తములుగ నేడు మానవ సంఘమునకు కొంచము ధైర్యో త్సాహము కలుగుచున్నది. అందుకు కారణము కలరా వ్యాధియొక్క మూలకారణము సూక్ష్మక్రిమియనియు, అది ఆహార పానీయముల మూలముగ, శరీరమును ప్రవే శించుననియు, గాలివలనను మరేవిధమైన పోకడవలనను కలుగదనియు, తగు జాగ్రత్తతో, ఆరోగ్య సూత్రాను బద్ధ వర్తనులగు సచ్ఛారిత్రుల సమీపించ వెరచుననియు, ఖండితముగ చెప్పగల ఆధునిక శాస్త్రవిజ్ఞానమే.

---

6. సుఖరోగములు

(నెల్లూరు మండల ఆరోగ్య శాఖాధికారులచే 1926 వ సం॥ మున ప్రచురింపబడిన కరపత్రము.)

సుఖరోగములనగా యెవ్వి ? పాశ్చాత్యవైద్య గ్రంథములలో "వెనీరియల్స్" అనగా మోహపిశాచ ప్రేరేపణచే కలుగు రోగములని పేర్కొనబడు వానినే మనము వాడుక భాషలో సుఖరోగములని వ్యవహరించుచున్నాము. రోగములు అందులో అసహ్యములును దుర్భరములును అగునవి యెట్లు "సుఖరోగములు" అను నామాంతరము పొందినవో దేవునకే ఎఱుక ! ఏదో ఒక ఐదు నిమిషములు సుఖమనుభవించుటవలన తటస్థించు వ్యాధులనియా యేమి ? ఆ సుఖముగూడ అతి తుచ్ఛపు సుఖమని వేరే చెప్పవలయునా ? ఈ రోగముల కలలోనయిన నెరుగనివారు నిజమయిన సుఖవంతులని ఎల్లరెరుగుదురు గదా ! పేరు యెంత తియ్యగానుండినను వీనికంటె నెక్కువ ప్రాణసంకటములగు "తెగుళ్ళు" వేరు లేవని అందరు ఒప్పుకొనక తప్పదు. ఈజబ్బులలోని పలురూపముల గుఱించియు ఇవి మనుజులకు తటస్థించు

విధముల గురించియు కొంతవరకు తెలిసికొనిన కొండ చిచ్చులవలె వ్యాపించు నీ రోగముల, గొంతకు కొంత ఆపుదలచేయుట సాధ్యమగును. ఈ రోగములలో మూడు జబ్బులు ప్రతిదినము కనబడుచున్నవి. ఈ దుష్టత్రయములో విషతీవ్రతలోనేమి, ఆజన్మాంతమేగాక, దారపుత్రాదుల పీడించుటలో నేమి, మొదటచెప్పదగినది "సిఫలిస్". దానినే ఫిరంగిరోగమనియు, చెలిదియనియు, శవ్వాయి యనియు పిలుతురు. రావణునికి తమ్ముడు కుంభకర్ణుడు. ఈ రెండవ రక్కసుడు మన కాలమున "గనేరియా" అని పిలువబడుచున్నాడు. ఈ జబ్బును నిర్మూలముగ పోగొట్టుట యనగా కుంభకర్ణుని మంచినిద్రనుండి లేవగొట్టుటంత సులభమయిన కార్యము. మూడవజబ్బు సూదిగావచ్చి దబ్బనమయి తేలునది. ఇది తీటగుల్లవలె లేచి త్వరలో గజ్జబిళ్ళలు కలుగచేసి తుడిచివేయరాని గురుతును విడిచిపోవును. వీటినే "వడిశగజ్జలు" అనెదరు.

ఈ రోగముల ప్రాబల్యమునకు కారణములు

ఈ రోగములు అన్ని జాతులవారిని, అన్ని వర్ణముల వారిని, ధనాఢ్యులను, దరిద్రులను, యవ్వనులను, వృద్ధులను పీడించునవిగా నున్నవి. తక్కిన యే రోగములును ఇట్టి సర్వజనబాధకములుకావు. చూడుడు. లాయరులకు

బ్యాంకులలో డబ్బు హెచ్చేకొలది మధుమేహముకూడ వృద్ధికావడము మన మెరుగమా! జనసామాన్యములో యెంతమందికి ఈ రోగము ప్రాప్తించుచున్నది? నూటికొకనికి కాబోలు! ఇట్లే వృత్తికి సంబంధించిన వ్యాధులు కొన్ని గలవు. పేదలకేవచ్చు వ్యాధులు కొన్నిగలవు. యవ్వనదశలో మాత్రము వచ్చునవి కొన్ని:— ఉదా "టైఫాయిడ్ జ్వరము". ఈసుఖరోగములు ఇంత విరివిగా వ్యాపించుటకు కారణము వ్యభిచారమే. ఈసాంఘికసమస్యను సంపూర్ణముగ తర్కించుటకు చోటుచాలదు. అయినను రెండుమాటలు. అన్ని మతములవారును ఏకగ్రీవముగ నిషేధించుచున్నను, లోకమున కొందరు పశువృత్తివలన పొట్టపోసికొనుచుండుట యెంతయు విచారకరము. "కూటికొరకయి కోటివిద్యలు" అన్నారు. దొంగ వలపులకు మోసపోయి 'కొందరు రూపమునకు మురిసి'కొందరు కామాతురులయి, మరికొందరు ముందు వెనకలు ఆలోచింపక, పంకమున జిక్కుకొనుచున్నారు. సాధ్యమయినంతవరకు ఈ దుర్వృత్తినుండి నిస్సహాయులను ఉద్ధరించి సన్మార్గమునకు త్రిప్పుట . దేశోద్ధారకులు చేయవలసిన మానవసేవ. ఇక విలాసార్థముగ దుష్పథముల త్రొక్కు కామకీకాముకులుకూడ రోగములను లోకమునకు పంచిపెట్టుచున్నారు. వీనిని నిలుపుటకు

స్వాభిమానము పరదారవిముఖత్వము సన్మార్గ వర్తనము లోకమున వర్ధిల్లవలెను. కామాతురతయను మదగజ మును మనోనిశ్చలతయను అంకుశముచే ప్రతివ్యక్తియు స్వాధీనమం దుంచుకొనవలయును. ఇంకొక విషయము. నిర్వృత్తి చాల చెడ్డది. దుర్వృత్తిగా పరిణమించుట అతి సులభము. కావున చేతనయినంతమట్టుకు వారివారి తెలివికొలది యేదో కార్యనిమగ్నులయి యుండుట వారికి లాభకరమేగాక, లోకమునకును శ్రేయోదాయ కము. ఒకని కీరోగము తటస్థించినదనుకొనుము. "తాజెడ్డ కోతి వనమెల్ల చెరచిన"దనుట అతని యెడల సార్థక మగును. లోకములో తక్కిన అన్ని వ్యాధుల వలన కలుగు బాధలకంటె యెక్కుడుగ ఒక్క 'ఫిరంగి' లేక 'చెలిడి' వ్యాధివలననే సంప్రాప్తించునని గొప్ప శాస్త్రు జ్ఞుల అభిప్రాయము. భూలోకమునుండి సుఖరోగములను, తత్సంబంధములగు ప్రాణసంకటములను, దుఃఖములను ఏనాడు మనము పారదోలగలుగుదుమో, నాడే మానవ లోకము స్వర్గలోకముగామారును. అట్టి యీరోగముల నొక్కొక్కదానిని గురించి కొంత అరయుదము.

సిఫిలిస్

ఫిరంగి:- మొట్టమొదట యిండియాకు యీ విషబీజ మును తెచ్చినది ఫిరంగివారు అని పుకారా. ఈ వ్యాధి

ఆదినుండి యిటనుండినదేయనియు దేవేంద్రునకు సహస్రాక్షుడను నామము చెల్లుట దీని ప్రభావమేయనియు కొందరు వాదింతురు.

ఎట్లు వచ్చును ?

నూటికి 99¾ పాళ్ళు దుస్సంపర్కమువలన, అనగా సంభోగకాలమందు మర్మభాగముల లోకుషవలన, ఒకరి నుండి మరొకరికి కలుగును. చిన్నపగుళ్ళు, కురుపులు యుండెనేని మరింత సులభము. తక్కిన అరపాలు అనగా 200 కేసులలో నొకనికి, యేదోయితరవిధముగాలభించును. డాక్టర్లు కురుపులు కోయునపుడు, అన్యాయముగ నీరోగము వారికి ప్రాప్తించుటగలదు. ముద్దాడునపుడును యీ వ్యాధి అంటుకొనుట కలదని అమెరికా యువతీ యువకులు కొందరు కమ్మిజల్లెడ లక్ష్యముపెట్టి ముద్దాడుదురట. ఇక త్రాగుపాత్రలవలనను వ్యాధి అల్లుకొనుటగలదు. అందులకే కాఫీహోటలులో కొంత జాగ్రతగా నుండవలయును. మంగలివాని పదునులేని కత్తులుకూడ కొంతవరకు డాక్టరులకు పనికలిగించుచుండును. వ్యాధిగ్రస్తునికి గాటుపెట్టిన కత్తితో మనకు గాట్లువేయుటవలన.

రోగకారణమేమి ?

ఈ వ్యాధికి కారణభూతము ఒక సూక్ష్మక్రిమి. దీనిని మొట్టమొదట 1905వ సంవత్సరములో "షాడిన్" అను

జర్మను శాస్త్రజ్ఞుడు కనిపెట్టెను. వైద్య గ్రంథములలో దీనిని "స్పైరోసీమా పేలిడా" అని పిలుచుచున్నారు. కొంచెము ఓర్పుతోను జాగ్రతతోను వెదకిన ఎడల, కురుపుగాని గడ్డలుగాని, బయటపడుటకు ముందే యీ క్రిమి రక్తమున కనబడుచుండును. అయితే అది మన సామాన్య నేత్రములకు గోచరముకాదు. సూక్ష్మదర్శిని సాహాయ్యమున వీనిని గురుతుపట్టనగును. అట్లు చూచిన యడల యీ క్రిమి వెండినూలువలె సన్నగను పొడుగుగను యుండుటయేగాక పదో పదునేనో చుట్లనుగలిగి "కార్కు స్క్రూ"వలెయుండును. యీపురుగు కురుపుల చీములోను గ్రంథులలోను పెరుగుచుండును. పుట్టక ముందే రోగము సోకియున్నబిడ్డల నెత్తురులోను, కాలు సేతులు పడిపోయిన వారి మెదడులోను, యీక్రిములు చూడబడినవి.

రోగలక్షణములు

దుస్సంపర్కము జరిగిన తరువాత మూడు నాలుగు వారములవరకు రోగచిహ్నము లెవ్వియు బయటబడవు. అటుపిమ్మట వ్యాధి మొలకచూపును. పురుగులోపలికి ప్రవేశించినచోటు ఒక గుల్లగాను కురుపుగాను లేక యెర్రటి మచ్చగాను కనబడును. యీ చిన్న కాయను

గమనింపకుండుటయో, చూచి లెక్క పెట్టకుండుటయో, యేదో మందులతో అది మానిపోయిన యిక తమకే జబ్బు లేదనుకుంటయో, సర్వసాధారణముగా నున్నది. కొద్ది రోజులు గడచినతరువాత గజ్జలలోని బిళ్ళలు పెద్ద వగును. అయితే యీ బిళ్ళలు గడ్డలు కావు. కురుపు కనబడిన యేడెనిమిది వారములకు దేహమున గోచరమగు లక్షణములలో ముఖ్యము చర్మవ్యాధులు—వీపుమీదను, పిమ్మట చేతులమీదను, తొడయందును, తామ్రవర్ణము కలిగి గుంపులుగుంపులుగా, మచ్చలో, కాయలో, పొడలో, కలుగును. నోటియందును, గొంతులోను, కొన్ని యెఱ్ఱ మచ్చలు, చెక్కులు, తోచును. వెంట్రుకలురాలిపోవుట, కొందరకు వెంట్రుకలు తెల్లబారి పలుచబడుట, మరి కొందరకు ఒకతట్టుమీసములు రాలిపోవుట, కలదు. అన్ని వేళల తలనొప్పియు మూత్రపిండములలో మార్పులుగలిగి ఒంటేలిలో జనసంబంధమగు కల్మషము, కీళ్లు నొప్పులు, ఉండును. కండ్లుపోటు, వెలుతురు చూడలేకుండుట, నీళ్ళు కారుచుండుట, సామాన్యము. చూపుక్రమముగాతగ్గును. కంటిలోపలినరము పొక్కి, యెంతమందికో దృష్టి పూర్తిగాపోవుచున్నది. నూటికి నలభై మందికి మెదడునరములు రోగస్థానములగుచున్నవి. ముప్పైముగ్గురికి చర్మమును పదిహేనుమందికి యెముకలును మార్పు జెందుచున్నవి.

నెత్తురునాళములు, గుండె, చాలామట్టుకు చెడి, యెన్నో లక్షణములకును జబ్బులకును కారణము లగుచున్నవి. నాలుక పగులుబారుట, బీజములు గడ్డపారి తుదకు శుక్లము లేకుండపోవుట, ముక్కులుపుచ్చి తోంబ్రబడుట, యెప్పుడును గొంతు రాయుచుండుట, దేహముమీద యెంతకాలమయినను మాననిగడ్డలు, కురుపులు ప్రబలు చుండుట - యిట్టి అవస్థలు చూచుచు మరల ఆ జోలికి పోనేల ? ఇక నరములు మెదడు చెడుటకును పిచ్చి పట్టుటకును కారణము ఈ ఫిరంగిరోగమే. పక్షవాతములు హటాత్తుచావులు ఈ రక్కసుని క్రూరకృత్యములే. మూర్ఛవ్యాధులు, పార్శ్వపునొప్పులు, అతిమతిమరపు, అరి చేతులలో మంటలు, నడుములకు క్రిందిభాగము స్వాధీనము లేకుండపోవుట, నడుములలో మెరుపులవంటి నొప్పులు, ముఖము ఒకతట్టునకు లాగికొనిపోవుట, ఇట్టివి యెన్నో, నరకములోనుండు దురదృష్టులు యెంతమందో అన్ని పీడలను, చీడలను, లోకమున కలుగజేయుచు మనము వినెడిరాక్షసు లందరికంటె, కలరాకంటె, పెద్దమ్మ వారుకంటె, యెన్నో వేలరెట్లు యెక్కువగా ప్రాణమును హరించునది, సంసారముల కూల్చునది, యీ వ్యాధి. మరణ వార్తాహారులగు జనరల్ పెరాలిసిస్ (అనగా సర్వ శక్తులు నశించుట) టేబిస్‌డార్‌సాలిస్ (నడచుటకు శక్తి

లేకుండపోవుట) మొదలగునవియు యీ విషవృక్ష ఫల ములే. ఈకడపటి జబ్బులు నివారింపగలవాడు యముడే.

ఇంతటితో ముగియుటలేదు. తమ పాపకర్మములకు అజ్ఞానమునకు, అజాగ్రతకు, తగిన శిక్ష యిదియని, ఊర కుండుటకు. భర్త చేసిన పాపములో సగము భార్యకువచ్చు నందురు. అది నిజమో కాదో కాని, యీ విషయమున మాత్రము, భార్యకు తప్పక సగము ప్రాప్తించుచున్నది. పై వర్ణింపబడిన నరక బాధలన్నియు కాక, మరియొక విపత్తు ఆమెకు దాపరించుచున్నది. వరుసగా గర్భములు పోవుట, నెలలు నిండకమునుపే కనుట, చచ్చిపోయిన బిడ్డల కనుట, ఇట్లు జరిగి జరిగి తుదకొక బిడ్డపుట్టును. ఆ శిశువుకూడ, యెన్నో వికారములు కలిగియుండుటయే గాక, చాలకాలము బ్రతుకుట అరుదు.

పిత్రార్జితము బిడ్డకు లభించవలయునన్న కోర్టులెక్క వలసివచ్చునుగాని, తండ్రికి దాపరించిన ఫిరంగిరోగము అక్కరలేదని పోరాడినను, బిడ్డకు వచ్చును. ఆ బిడ్డ కొద్ది రోజులుండి గతించిన సుఖపడును. బ్రతికినవాడు జీవన్మృ తుడే. యీ శిశువులకు దేహము ముడతలుపడి యెండి యుండుటయేగాక మచ్చలు, కురుపులు ఉండును. యెంత మంచి పోషణ యుండినను కరిగిపోవుచుండును. కార

ణాము లేక కొట్టుకలాడుట, కష్టముమీద ఊపిరివీల్చుట, ముక్కులలోనుండి నీరు కారుట, నుదిటి యెముకలు కుడు ములవలెగనపడుట, తాకిననే నొప్పికి అరచుట, మొదలగు నవి, "ఫిరంగిమార్పు బిడ్డలని" హెచ్చరించును. యీ బిడ్డల ముందటి పండ్లు రెండు, కొన్ని అసాధారణ లక్షణముల ప్రదర్శించును. కొంతమందికి తలకాయ వాయుటయు కొందరకు కాళ్ళు చచ్చుపడిపోవుటయు కలదు.

రోగనిర్ణయము

ఇది కష్టసాధ్యము. 1. పుండ్లను చూచినంతనే వాని తత్వము నిర్ణయింపబూనుట చాల సాహసము. 2. కురుపులుండిన వానిలోని చీమును భూతద్దము క్రింద పెట్టి తనికీచేయవలయును. 3. లేనియెడల గ్రంథులలోనుండి రసముతీసి పరీక్షచేయవలయును. 4. నెత్తురులో విష మున్నదా అని తనికీచేయుట- ఇతర పద్ధతులు కొన్నిసమ యములందు మాత్ర మవసరము.

గనేరియా

ఈ శగరోగముకూడ దుస్సంపర్కమువలననే గలుగు చున్నది. అయితే అక్కడక్కడ మాత్రము కట్టుబట్టల మూలమునను, స్నానముజేయు తొట్లమూలమునను, కలుగుచున్నది. ఇచ్చట ఒక చిన్న హెచ్చరికచేయుట

మంచిది. కొన్ని సమయములందు యితర కల్మషము వలనున్ను కొన్ని క్రిములవలనున్ను కలుగు ధారాపాతము గనేరియా యని తలచుటయు ఆ మనుష్యులను దోషులుగ నెంచుటయు తప్పు. అయితే యిట్టి కేసులు అరుదు. ఇక రెండు మూడురోజులు బట్టలంట కుండినంతనే రోగము కుదిరినదనుకొనుట అంతకంటె పొరపాటు. దాని వలననే సర్వానర్థములు మూడుచున్నవి. తాను కూడు వారిని సంతత రోగులుగ చేయుటయేగాక వారిని గొడ్రాళ్లుగ చేసిన పాపము అతడు వడిగట్టుకొనును.

రోగకారణము

కాఫీగింజలవలె ఆకారమును కలిగియుండు అతి సూక్ష్మ జీవులు యీ వ్యాధికి కారణభూతములని "నిస్సర్" అనునాతడు 1879-వ సం॥ లో కనిపెట్టెను. ఈ పురుగులు మూత్రనాళమునుండి వెలువడు చీమును భూతద్దము క్రింద పరీక్షచేసిన కనపడును. రోగము కుదిరిన వెనుక వచ్చు పలుచని చీములో యివి సాధారణముగా నుండవు.

రోగలక్షణములు

రెండు మొదలు ఏడురోజులలోపల, మూత్ర నాళము కొన కందుట, అంటుకొనుట, తెల్లని చీముబొట్టు కనబడుట, మొదటిలక్షణములు సందేహము కలుగచేయును.

ఈకాలములోతగు చికిత్సచేసిన అతిత్వరలోసంపూర్ణముగ పోగొట్టుకొనవచ్చును. ఏదో కర్మవశమున పొరపాటు పడినను,ఇంతమాత్రములో మేలుకొనినవారుకృతార్థులే. అట్లుగాక, సంకటము లేకుండుటచేతనో, సిగ్గుచేతనో, నిర్లక్ష్యభావముచేతనో, ఊరకుండుట, శనిగ్రహమును, పట్టించుకొనుటయే. అయితే శనిపట్టిన యేడేండ్లు మాత్రము; ఇది పట్టిన మరణాంతము. ఎట్లో రెండవస్థితి, అనగా మిక్కిలి ఉద్రేకముతో చీము వచ్చుస్థితి, కలిగిన దనుకొనుడు. పచ్చని చీము స్రవించుటయు, వుసురువాచు టయు కలుగును. మూత్రవిసర్జనము అతి బాధకరముగ నుండును. ఈ స్థితిలో కొంత కష్టముతో నెలరోజులలో కుదురును. చికిత్స చేయనిచో పదినేనురోజులలో మూత్ర నాళముయొక్క వెనుకభాగమునకు ప్రాకును. ఇట్లగుటకు కారణములు:—త్రాగుట, సంభోగించుట, సైకిలుత్రొక్కుట మొదలగునవి. చేతగాకుండ యిచ్చు ఇర్రిగేషనులు (అనగా నీళ్ళెక్కించుట) కూడా రోగమును వెనుకకు నెట్టును. ఈస్థితిలో, జ్వరము, చాలమురికితో నిండిన మూత్రము, మాట మాటికి మూత్రవిసర్జన, మంట, బీజముల క్రింద పోటు, మొదలగు లక్షణములుండును. ఇట్లు కొంతకాలము గడుపగా రోగము స్థాపించుకొనును. ప్రొద్దున లేచునప్పటికి ఒక్కబొట్టు కనబడును. మూత్రము

తనికీచేసిన దారములవంటివి విశేషముగ నుండును. యీ స్థితిలోనుండు పురుషులు చాలమంది, తాము యే జబ్బు లేకుండ నున్నామని తలంతురుగాని, నిజముగా వారు అంటరానివారు. ఈ స్థితిలో అనేకబాధలు తటస్థించుట కలదు. అందు బీజములు వాచి మిక్కిలి బాధగలుగ జేయుట ఒకటి. ఇంకనెన్నో కలవు. కాని వానిలోకెల్ల మూత్రనాళము సన్నదగుట, క్రమముగా పూడుకొని బీజముల క్రిందినుండి లూటీలు కలుగజేయుట, మిక్కిలి సాధారణముగను, అతి బాధకరముగను, కొన్ని సమయములలో ఆత్మహత్యలకు కారణముగాను, యేర్పడుచున్నది. యీ స్థితి కలుగుటకు సాధారణముగా జబ్బు వచ్చినతరువాత పదిసంవత్సరములై యుండును.

ఇక స్త్రీలలో యీ రోగము కలుగజేయు బాధలకును ప్రాణసంకటములకును మితిలేదు. వీరికి నాలుగురోజుల లోగానే వ్యాధి బయటబడును. రెండు మూడురోజులు మాత్రము ఉద్రేకముగానుండి తరువాత తగ్గును. అందువలన, తమవలన నెట్టిభయంకరవ్యాధిగలుగునో వారికే తెలియదు. కొన్నిసారులు మాత్రము కొద్దిగా వాపునొప్పి ఉండుటకలదు. బిడ్డసంచి పొక్కుట, క్రమముగా అండకోశములు, అండవహనాళములు, చెడి, కడుపునొప్పి

జ్వరము కలుగజేయుట గలదు. రోగము స్థాపించుకొన్న తరువాత దీనివలన నెన్నో కష్టములు, సందేహము లేమియు లేకుండ వుండవచ్చును. కాని, పురుగులు, ఏదోమరుగున నుండి ప్రబలుచు, రోగము నంటించుచుండును. ముఖ్యముగా, నెలస్నానమైన తర్వాత, వ్యాధి అతిసులభముగా నంటుకొనును. బహిష్టి అగునపుడు నొప్పి, గర్భమురాకుండుట సాధారణము. నడుములు నొప్పి, పొత్తికడుపులోని బాధలు, దీనివలననే. ప్రసవించునపుడు రోగము: చలరేగుట లేక పైకెక్కిపోవుట ప్రాణహానికరము. ఇక ఆ పుట్టు బిడ్డలకు నూటిలో డెబ్బైయిదుమందికి తీవ్రమైన కండ్లకలక. అజాగ్రత చేసినచో, అక్షిరోగులై, అంధులగుచున్నారు. ఇది వినియైన కామాతురులు వెనుకంజ వేయరా?

నెత్తురులోకలిసి యీ వ్యాధి కీళ్ళనొప్పుల గలుగ చేయుచున్నది. కొంతమందికి గుండెజబ్బు గలుగుటయు గలదు. చీము తాకిన చేతులు కండ్లకు తగులుటవలన కండ్ల కలకయు వచ్చును.

ఈ విషయమును గురించి ఒకగొప్ప డాక్టరు ఇట్లు వ్రాసియున్నాడు. "పురుషులకంటె స్త్రీలే యీరోగము నింత విశేషముగా వ్యాపించుటకు కారకులు. చాలా

మందికి ఏమిలక్షణములును కనబడవు. కొద్దిగా కనబడినను, అది సాధారణము కాబోలు అని తలంచియుందురు. కొందరు అవమానమునకు వెరచి చెప్పకుందురు. చికిత్స కూడ చేయించరు. అంతేకాక, రోగము చాలకాలము మరుగుపడి ఉండవచ్చును. చాలకాలము అంటుకొన కుండినందువలన భయమువదలి యుండువానిని ఏదో ఒకనాడు అంటుకొనవచ్చును."

ఈ రోగములు రాకుండ తప్పించుకొనుట.

1. అందరకు తెలిసినదియు, చాలమందికి సాధ్యము గానిదియు ఉత్తమపద్ధతి స్త్రీ సంపర్కము మాని వేయుట. చెప్పువా రుండినను వినువారు కొద్ది. ఆచరణ పెట్టువారు లేరుకాబోలు. 2. పెండ్లిగానివారు బ్రహ్మ చర్యము అవలంబించుటయు, గృహస్థులు నిజదారాప్రియులుగ నుండుటయు, పంచేంద్రియముల స్వాధీనమునందుంచుటయు, సజ్జనధర్మము. ఆరోగ్యవంతులు రోగము నంటించుకొనుట తగ్గును. ఈ కార్యము సాధించుటకు మంచినడవడి బోధించుటయు, ఆరోగ్యమార్గముల విడిచి విచ్చలవిడిగా సంచరించుటవలన గలుగు దుర్దశలను విప్పి చెప్పుటయు అవసరము. ఇంతేగాక, యౌవనుల వలపించు వారిని దండించుటయో లేక వారిని ఆయత్నములనుండి త్రిప్పుటయో ఒనర్చుటపాడి.

3. ముందుజాగ్రత్తపడుట— మోహాంబలిమిచేతనో లేక యితర కారణములచేతనో పరస్త్రీని కూడునప్పుడు కొన్ని సంగతులు గమనించుట మంచిది. క్యాలమెల్ పూతమందును మర్మభాగములకు రుద్దిపెట్టుట. దీనివలన సంభోగకాలమందు పగుళ్ళు కలుగకుండును. పురుగు యీమందుగుండా ప్రవేశింపజాలదు.

4. సంభోగాంతమున బుద్ధివచ్చిన దనుకొనుడు. అట్టి సందర్భములలో పొటేసియమ్ పర్మేంగనేట్ ద్రావకముతో ఆభాగములను చక్కగా శుభ్రముచేయుట ప్రతివానియొక్క విధి. లేదా క్యాలిమల్ పూతమందును పట్టించుట మంచిది. దుస్సంపర్కము జరిగిన ఒక గంటలోపల, యీ రెంటిలో యేదైన చేసినయెడల, రోగముల నుండి చాలవరకు తప్పించుకొనవచ్చును. యీ ప్రథమ చికిత్సకు వలయు మందులను పరికరములను చిన్న పెట్టెలలో నుంచి కొన్ని కంపెనీలు అమ్ముచున్నవి. ఆడువారు మర్మభాగముల శుభ్రముచేయుటకు వలయు పరికరములు పెద్దవైనందువలన యీ చికిత్సలు కొంచెము కష్టముగా తోచునుకాని, అనుకూలముండినయెడల అట్లు చేయుట వలన చాలవరకు సుఖపడుదురు.

5. యివి యేవియు సాధ్యముకాకపోయినను ఏమి చేయుటకు తెలియకపోయినను, వీలైనంత త్వరలో తగిన

డాక్టరును సలహాపడవలయును. లేదా, "ఆలస్యం అమృతం విషం" అను వాక్యము సార్థకమగును. ప్రథమ పాదము మొదటిరోజులలో తగు చికిత్సచేసిన 100-కి 100 కేసులు కుదురును. కొన్నినాళ్ళు జరిగిన 100 కి 90 బాగగును. యింకా ముదిరిన 100 కి 60 కేసులుమాత్రము బాగగును. కాబట్టి హెచ్చరిక!!!

6. చికిత్సచేయించుటలో గమనింపవలసిన విషయములు:— చాలకాలము చికిత్సచేయవలసి యుండును. జబ్బుయొక్క యుద్రేకము తగ్గిన వెంటనే అది పోయినదనియో, పాలుమాలియో, మందు నిలుపుట మానవ స్వభావము. అట్లుచేయుటవలన ముప్పు తప్పదు. పైకి కనబడకుండినను, రోగము లోపలనే పెరిగి, హఠాత్తుగా గొంతుపట్టుకొనును. యీ కాలములో స్త్రీవంక పోకూడదు. పోయినయెడల వ్యాధి పైకి పొంగుట. తాను కూడినవారికి ఆజన్మాంతకష్టము కలుగజేయుట వాటిల్లును. పెండ్లికానివారన్ననూ రోగలక్షణములన్నియు పోయినతరువాత, యెన్నో చీముతనికీలు, నెత్తురు తనికీలు, జబ్బేమియు లేదని స్థిరపరచినతర్వాత, ఒక్క సంవత్సరములోపల పెండ్లి చేసికొనిరేని, తమ భార్యలకు యెడతెగని కష్టము కల్పించినపాపమున బోదురు. ఈవిధముగా కూడ కొంతవరకు యీ రోగమును వ్యాపింపకుండు

నట్లు చేయవచ్చును. జాతీయ ధనమగు దేహదార్ఢ్యము సంపూర్ణారోగ్యము చెడుట దేహారిష్టకము, నష్టదాయకము, అగుటయుగాక, ప్రాణసంకటములుగ నేర్పడు చుండును. కాబట్టి, ప్రతివ్యక్తియు, సాధ్యమైనంత జాగ్రత్తతో ప్రవర్తించి, తాను సుఖపడుటయేకాక, దేశమునకును కొంత సంఘసేవచేయుట సంభావ్యము.

---

7. క్షయ

(సింహపురి పత్రిక: 1926 సం॥ ఏప్రెలు 16. మే 7)

రెండుమూడు సంవత్సరములనుండి క్షయవ్యాధి మన మండలమున పలుతావుల కనిపించుచున్నది. వర్ణభేదములు వృత్తిభేదములు యీ వ్యాధి యెరుగదు. ముఖ్యముగా మంచి వయస్సులో నుండువారిని, అనగా, లోకమునకు, కుటుంబమునకు అవసరమగు వ్యక్తులను యీ వ్యాధి కబళించుచున్నది. ఈ పురమందలి ప్రస్తుత పరిస్థితులనుబట్టి చూడగా చాల విచారకరముగనున్నది. ఏలననగా, ఒక దురదృష్టునకు యీ వ్యాధి యెటులో సంభవించినదనుకొనుడు. యీ వ్యాధి లోనప్రవేశించునపుడు తప్పెట్లు తాళములతో తనరాక తెలుపదు. కొన్నిమాసములో, సంవత్సరములో, జరుగువరకు బలహీనమని, దారుణమని, జలుబని పలువిధములుగానుండి తుదకు రోగిని చక్కగా పరీక్షించిన యే పండితుడో చెప్పువరకు, లేక ఇరుగుపొరుగువారుపలాని మనిషికి క్షయ అని కబుర్లు చెప్పి భయముపుట్టించువరకు, యీ వ్యాధి చికిత్సకు తగు యత్నములు చేయకుండుట సహజమై యున్నది. రోగము పూర్తిగా దేహములో అల్లుకొనిన

తర్వాత దానికి చికిత్స చేయబూనుట కడు సాహసము, అసాధ్యము. అట్లనుటవలన క్షయ సోకిన ప్రతివాడును దినములు లెక్కపెట్టుకొనవలసినది కాదు. యించుక సందేహమున్నను, తగుపరీక్షలుచేయించుకొనుట, వైద్యుల సలహాప్రకారము నడచుకొనుట చాల మంచిది. యిట్లు కొంచెము ముందు జాగ్రత కలిగియుండినయెడల యీ వ్యాధివలన చనిపోవువారి సంఖ్య సగము తగ్గను.

ఈవ్యాధియొక్క ప్రాబల్యము, అందుకు కారణములు, రోగము దేహమునందు ప్రవేశించు మార్గములు, యీ వ్యాధినుండి తప్పించుకొనుటకు అనుసరించవలసిన విధులు, జనులకు తెలియజెప్పినయెడల కొంతకు కొంతైన ప్రాణోపద్రవములును, ధనవ్యయములును, తగ్గునను ఆశతో యీ క్రింద నుదహరింపబడినవి.

ఈ వ్యాధియొక్క ప్రాబల్యము

"ట్యుబర్కులోసిస్" అని ఆంగ్లేయభాషలో పిలువబడు యీ క్షయవ్యాధి లోకమున లెక్కలేని బాధలను ఆదాయనష్టములను ప్రాణహానిని కలిగించుచున్నది. లోకములో చనిపోవుచున్న మనుష్యుల సంఖ్యలో (7) యేడవపాలు యీ జబ్బువలన మరణించుచున్నారు. ఇక మన హిందూదేశము విషయమై ఆలోచింతము.

డాక్టరు చంద్రశేఖరయ్యు అభిప్రాయములో మన హిందూ దేశమున చనిపోవుచున్న ప్రతి 11 మందిలోను కనీసము ఒకడు యీ రోగము వలన గతించుచున్నాడు. డాక్టరు ముత్తుగారన్ననో 10 మందిలో నొకరనితలంచుచున్నారు. అట్లనుటవలన ప్రతిసంవత్సరము మన దేశములో పదు నొకండు లక్షల ప్రజలు ఈ రోగమువలన మరణించు చున్నారు. ఇక చెన్నరాజ్య విషయము సంవత్సరమునకు రమారమి 2 లక్షలమందికంటే యెక్కువగా ఈ వూపిరి తిత్తుల జబ్బులతో నసించుచున్నారు. మన ఒక్క మండలములో, రమారమి 2500 మంది, ఈ జబ్బువలన చనిపోవుచున్నారని తెలియుచున్నది. ఇక ఈ జబ్బులు యెంత విశేషముగా వ్యాపించుచున్న వనగా, చనిపోవు వాడు ఒకడైన యీ వ్యాధి ఏడెనిమిదిమందిని పీడించు చున్నది. అనగా షుమారు 50 లక్షలమంది భారతీయులు ఈ వ్యాధితో బాధపడుచున్నారని తేలుచున్నది. ఇంకొక విధముగా పరికించిన, 100 లో యిద్దరికి ఈ వ్యాధి యున్నట్లు లెక్కలు చూపించుచున్నవి. యిట్లు గుణించిన 63 లక్షలజనులు ఈ రోగముచే పీడింపబడుచున్నారు. ఈ సంఖ్యలను కొంచెము జాగ్రత్తతోను ఆలోచనతోను పరిశీలించిన ఈ జబ్బులవలన లోకమునకెట్టి కష్టమో తెలియగలదు.

ఈ వ్యాధి మన మండలమున విరివిగా వ్యాపించు చుండుటయు, యీరోగమువలన ఎంతమంది పీడింపబడు చున్నదియు, యెన్నివేలు మనుజులు ప్రాణముల కోల్పోవు నదియు, విశదీకరించితిమి.

రోగకారణమునుగురించి కొంతవిచారింతుము. క్షయ యను విషవృక్షము మొలకెత్తుటకు హేతువు ఒక సూక్ష్మ దండిక. అనగా మిక్కిలి చిన్నపురుగు. ఆ క్రిమి అడ్డ కొలత ఒక అంగుళమును 60000 పాళ్ళుపెట్టగా దానిలో ఒకభాగమంత యుండును. ఈ వ్యాధి బీజములు క్షయ రోగుల గల్లలోను, మెడగ్రంధులు పగులునపుడు వచ్చు చీములోను చూడనగును. మన సామాన్య నేత్రములతో గాదు. సూక్ష్మదర్శిని సహాయమున. ఈ సందర్భమున రెండు విషయములు హెచ్చరికచేయుట మంచిది. ఒకటి గల్లలో ట్యూబర్క్యులోసిస్ పురుగులు కనబడినగాని క్షయగాదని తలంచుట పొరపాటు. ప్రాణోపద్రవకరమైన ఈ పురుగులు, సాధారణముగా గల్లలో కుప్పలు కుప్ప లుగ గోచరించు సరికి, రోగము చాల ముదిరియుండును. ఒకటి రెండు క్రిములు కనుబడుటకు ఒక్కొక్కసారి అరగంట ముక్కాలుగంట అతి ఓర్పుతో పరిశోధించిన గాని లేవని చెప్పుట తప్పు. ఒకవేళ పురుగులు లేవను కొండు. అంతమాత్రముననే జబ్బులేదని రూఢిగా జెప్ప

జనదు. గల్లలోని యితర లక్షణములు గమనించి అభి ప్రాయ మివ్వవలసి యుండును. 2. ఈ దండికలు దేహ మున ప్రవేశించినంతమాత్రమున రోగము కనుబడుట లేదు. నవనాగరిక ప్రపంచమున నూటిలో 75 మంది జనులు యీ పురుగులను తమ దేహములో కలిగియున్నా రని గొప్ప శాస్త్రజ్ఞుల అభిప్రాయము. వీరందరును క్షయచే బాధపడునట్టి దుస్థితి సంభవించలేదుగదా యని సంతోషించవలసినట్లున్నది. ఇంతకు తేలునది యేమనగా: పురుగులు దేహమున ప్రవేశించినంతనే రోగము కన బడదు. కాని పురుగులు దేహములోనికేదో విధముగా చొచ్చుకొనని యెడల, యీవ్యాధి పుట్టజాలదు.

ఈ పురుగులు దేహములోని కెట్లు ప్రవేశించుననునది తర్వాత ప్రశ్న. సాధ్యములగు త్రోవలుమూడు. 1. చర్మ ములో కలిగిన గాయములగుండ పురుగులు ప్రవేశించుట. సాధ్యమైనను, యిది మిక్కిలి అరుదైన పద్ధతి. 2. అన్న పానాదులతో కలసి ప్రేగులలోనికి ఈ పురుగులు ప్రవే శించుట కొంతవరకు సామాన్యము. ఇందులో చెప్పతగిన విషయములు కొన్ని. రోగకారణమగు పురుగు, సాధార ణముగావ్యక్తియొక్క చిన్నవయసున, రెండు మూడేండ్ల యీడుననే, లోన ప్రవేశించి యుండుననియు, యీ పురు గులు, వెనుక యౌవనమున, కారణభూతము లగుచున్న

వనియు గొప్ప పరిశోధకులు సిద్ధాంతములు చేయు చున్నారు. ఈ శైశవదశలో బిడ్డలను అతిజాగరూకతతో గాపాడుట సమంజసము, లాభకరమును. ఎట్లు పురుగులు లోచొచ్చునందురా ? దొరికిన ఆటవస్తువునెల్ల నోటిలో పెట్టుకొనుటలో యెంత అపాయమున్నదో ఆలోచించి తిరా. నట్టింట ప్రాకులాడిన చేతుల ప్రేళ్ళను చప్పరించుట పురుగుల మ్రింగుట యని యెరుగుడు. ఒక్క విషయమున మాత్రము మనము మన పాశ్చాత్య మిత్రులకంటె అదృష్ట వంతులము. ఆ సమశీతోష్ణ దేశములందు ఆవులకు యీ జబ్బు సామాన్యము; ఆ గోవులపాలు త్రాగిన బిడ్డలకు యీ జబ్బు తటస్థించగలదు. చండభానుని కిరణ ప్రభావ మున మనదేశమునందలి ఆవులను యీ జబ్బు సోకుట లేదని యెన్నియో తనిఖీలవలన తేలినది. సందేహముండు వారు పాలుకాచి పిల్లలకు త్రాగించుట మంచిది. ఇక పెద్దవారుకూడ యీ మార్గమున పురుగులను లోనికి చేర్చుచున్నారు. క్షయరోగులు దగ్గునపుడు పురుగులు నోటిలోను పెదవులయందును విశేషముగా నుండును. అట్టివారు బిడ్డలనుగాని భార్యనుగాని ముద్దాడిన యీ పురుగులు వీరి దేహములో ప్రవేశించుటకు వలనుకలుగు చున్నది. ఎంగిలిపాత్రలు విషకుంభములు. కరచుకొని త్రాగునపుడు రోగినోటిలోని పురుగులు పాత్రయంచు

నకు అంటుకొనును. ఒక బొక్కెనసీళ్ళలో, డజను లోటా లను ముంచినంతనే పాత్ర శుభ్రపడెనని తలంచుటయు, నిస్సందేహముగా కరచుకొని త్రాగుటయు రోగమునకు ఆహ్వానము ఆతిధ్యము యిచ్చుట యని వేరు చెప్పవల యునా? ఒక్కొకవేళ నీళ్ళలో ముంచబడకయె మన పెదవులవద్దకు వచ్చుటకూడ కలదు. 5. ఇక యీగలు నిరపరాధులని మీరు తలచుచున్నారు. ఇవి పులులకన్న కోటిరెట్లు ప్రాణనష్టము కలిగించుచున్నవి. రోగియొక్క గల్లమీద వ్రాలిన ఈగ, తోడ్తోన మన ఉప్పుమీదనో అన్నము మీదనో వ్రాలుట మీరు చూచుచున్నారు. గాని దాని అర్థము, దానివలన సంభవింపనున్న కీడు బాధ లను, మనస్సునకు తెచ్చుకొంటిరా? లక్షలు లక్షలు పురు గులు మీరు తిను పదార్థములలో మిశ్రముచేసి యిచ్చు చున్నది యీగ. మనిషియే ఇట్లు చేయదలచిన మీరు వూరకుందురా. ఎన్ని దావాలు చేయుదురోగదా?

3. మూడవమార్గము. సామాన్యమైనదియు మిక్కిలి అపాయకరమైనదియు నగు మార్గము ఉశ్ఛ్వాస నిశ్వా సముల మూలమున. అట్లనుటవలన క్షయరోగి బయట విడుచు గాలిని పీల్చుటవలన ఆరోగ్యవంతులకు క్షయ వచ్చుననిగాదు. ఎట్లందురేని ఒక క్షయరోగి తుమ్ము

చునో దగ్గుచునో మాట్లాడుచునోఉన్నాడనుకొనుడు. దగ్గునపుడు ఉమ్మివేయుగల్ల క్రమముగా యెండి దుమ్ముతోగలసి గదిలోని గాలిని విషబీజ పూరితముగా చేయుచున్నది. లేదా తుమ్ముననుకొనుడు. అపుడు వెలువడు తుంపర్లలో సూక్ష్మజీవులు వేలకొలదిగ యుండును. ఈతుంపరలు గాలిలోకలసి మరల ఆగదిలోనికి వెళ్ళువారు పీల్చు గాలితోకూడ వారి శ్వాసకోశములకు పోవుచున్నవి. రోగి మాట్లాడునపుడుగాని దగ్గునపుడు గాని చేయో చేతిగుడ్డయో అడ్డముపెట్టుకొనుట అతని ధర్మము. మనము 1 లేక $1\frac{1}{2}$ గజము దూరమునుండుట యెంతయో శ్రేయస్కరము. అంతదూరము మించి ఆతుంపరలు మనలను సోకజాలవు.

ఏదో ఒకవిధముగా సూక్ష్మదండికలు లోన ప్రవేశించినవి. దేహములోన జరుగుమార్పు రెండువిధములు. దేహము ఒక రాజ్యమువంటిది. దీనిని రక్షించుటకు కోట్లకొలది సైన్యము కలదు. సూక్ష్మదండికలు అను శత్రువర్గము లోన ప్రవేశింప చూచుచున్నదని చారులు వార్త తెచ్చినతోడనే అన్నిదిశలను అన్ని కోటలనుండి దళములు బయలుదేరి రంగమువయిపు నడచును. కురుక్షేత్రమున భారతయుద్ధమునాటి ఘోరమైన సంగ్రామము హాహాహాహాకారిగ దినములకొలది జరుగును. అంత

శత్రువర్గము ఛిద్రమై మాయమగును. దేహమునకు సంపూర్ణ జయము చేకూరును.

అట్టి దేహములు కలవారు ఆరోగ్యవంతులు అదృష్ట వంతులు. అటుగాక అంతఃకలహములవలన చీకాకునొందు రాజ్యమువలెనో, తిండిలేని సైన్యముగల దేశము వలెనో, దేహముశత్రుదాడిని ఎదురింప తగినంతసైన్యము ధనము సామగ్రి లేక యీ యుద్ధములో నోడిపోవు నేని, పరసేన, క్షయ పురుగులు, పట్టరాని ఆవేశములతో రాజ్యమంతయు నాక్రమించుకొని, రాజ్యభాగములను నమిలి పిప్పిచేయును. ఈ దుర్దశకు ఈ పరాజయమునకు కారణములు ముఖ్యముగా ఆంధ్రదేశమునకు సంబం ధించినవి, ఇంకొక తరుణమున, తెల్పెదను.

---

8. ఆంధ్రుల ఆహార సమస్య

(దేశాభిమాని పత్రిక : డిశంబరు 17, 1943)

ప్రచారముయొక్క ఆవశ్యకత

ఆహార సమస్య మనరాష్ట్రమున తీవ్రరూపము దాల్చక పోయినను, రాయలసీమయందు క్షామము సామాన్యముగ యేటేట వచ్చుచుండుటయు, సముద్రతీరమునను, డెల్టా ప్రాంతములలో నుండు ప్రజా సామాన్యమునకు ముఖ్యముగ బీదలకు మునుపు - యుద్ధమునకుముందు - దొరికినంత వరిబియ్యము అబ్బకుండుటచేతను, ఆంధ్రులందరును, ఆహార సమస్యపై తమ మనస్సును, దృష్టిని నిలుపుట అవసరము. ఆహార సమస్య ప్రజల కలవరపెట్టునది - ప్రజలే ఆలోచించి సరిచేసుకొనవలసినది. నాయకులు, శాస్త్రవేత్తలు, తగిన వసతులు, మార్గములు ఇతర పదార్థములు, సూచించి తోడ్పడవలెను. బ్రిటిష్ దీవులలోను యితర నాగరిక ప్రదేశములలోను, దేశ కాల పరిస్థితులను బట్టి, ప్రజలును, తమ ఆహారపదార్థములను, ఆచారములను, విధిలేక మార్చుకొనుచున్నారు. అయితే అందువలన ఆరోగ్యము చెడకుండుటకై ఆహారశాస్త్ర పరిజ్ఞానమును పూర్తిగ నుపయోగించుకొనుచున్నారు.

ఆహారము మారినను, కొన్ని ఆహార పదార్థములు (రొట్టె, వెన్న, మాంసము, మొదలగునవి) కొలత ప్రకారము మితిగా ఇవ్వబడుచుండినను, దేహపుష్టికి వలయు పరిమితిని, వివిధ పదార్థములను, ప్రజలు తినుటకు ప్రయత్నించుచున్నారు. మనదేశములోనూ, ప్రజలు యుద్ధమువలన కలిగిన మార్పులను తిన్నగా గుర్తించ లేకున్నారు. ఒకటిరెండు తరములలో క్రొత్తగా నేర్చు కొన్న ఆహారములను, పానీయములను, ఆచారములను మార్చుకొనుటకు అనుకూలమగు మనోవృత్తిని, దృక్ప థమును యింకను పొందలేదు. అట్టి సద్బోధచేసి, ప్రస్తుత పరిస్థితుల గుర్తించి, ముందు జాగ్రత్తపడి, 'వరి', 'బియ్యము' అను ఏకైక వాంఛ కొంచెము తగ్గించుకొన్న, మన తాతలు, ముత్తాతలు, తిని వర్ధిల్లినట్టు, ఇతర ఆహార పదార్థములపై మరల మనసు, అభిమానము, ప్రజలు చూపవచ్చును. పోయిన శతాబ్దమున డెల్టాలు పెరుగక ముందు, కొద్ది ప్రదేశములలో నందరును,యితరభాగము లలో (అనగా గుంటూరు, నెల్లూరు, పశ్చిమార్థములలో, రాయలసీమలో) కొందరు శ్రీమంతులో, భూస్వాములో తప్ప, తక్కిన వారందరును, సామాన్యజనులు, బీదలు, కూలీలు, వరిబియ్యమునే ఎప్పుడు తినుచుండిరా ? జొన్నలు, సజ్జలు, తయిదలు (చోళ్లు) మొదలగునవియే,

వారికి ముఖ్యాహారములుగదా; వానితోడు కందులు, పెసలు, మినుములు, అలసందలు, శెనగలు, ఉలవలు, మొదలగు కాయధాన్యములును, ఆయా ప్రదేశములను, ఆయా ఋతువుల ననుసరించిన కూరగాయలును వుండెడివి గావా ? చరిత్ర చదివినవారు, దేశీయ సారస్వతము నెరిం గినవారు, ఊరిపెద్దలు, యీ విషయములను, చుట్టుపట్ల నుండు ఆధునికులకు వరిబియ్యము' కై ప్రాకులాడువారికి తెలియచెప్పి ఆహారసమస్యను, ఆరోగ్యసమస్యను ఉద్ధరింప వచ్చును. దేశీయ పత్రికలును ఇట్టి సూచనలను, ఆహార విజ్ఞానమును ప్రచురించి, ప్రజలకు, ప్రభుత్వమునకు, సేవ చేయవచ్చును.

ప్రస్తుతము ప్రజలలో ప్రచారము చేయవలసిన ఆహార విజ్ఞాన సూత్రములు

మనము వాడు పదార్థములలో, కొన్ని అవసరములు, మరికొన్ని అనవసరములు. అనవసరమైనవి దొరకక పోయినను నష్టములేదు. అందుకై వగచుట తప్పు. అవ సరమైన ఆహారపదార్థములలో, ముందు ఉపయోగించిన రకమే (పిషాణాలు, మొలకొలుకులు) దొరకకపోవచ్చును. వేరు రకముల వరిబియ్యమును ఉపయోగించుటకు మనస్సు ఒప్పుకొనవలెను. ఇతర రకముల బియ్యము

కూడ పూర్వమువలె సమృద్ధిగా దొరకనియెడల, బియ్య మునకుమారు, జొన్నలు, సజ్జలు, త్రైదలు, ఆహారములో కొంతభాగముగ వినియోగపరుపవలెను. వీలున్నచోట గోధుమలు చాలవరకో, కొంతవరకో, బియ్యమునకు బదులు వాడుకొనవచ్చును.

ఇందుకు మూడు ప్రబలమగు ఆటంకములు అడ్డు తగులుచున్నవి.

మొదటిది:- సంసారముయొక్క గౌరవము, వ్యక్తి యొక్క గౌరవము, తగ్గిపోవునను భయము, గోధుమలు, వరిబియ్యము తినువారు సాంఘికముగా అధికులు, ఇతర ధాన్యముల తినువారు పతితులు అను పొరపాటు అభి ప్రాయములను పూర్తిగ అణచివేయవలెను.

రెండవది:- ఈ తృణధాన్యములను వండుట, పాకము చేయుట, ఆహారములుగా నుపయోగించుట ఈనాటి స్త్రీ లకు చేతగావట. ఏపాటి వంటయు రానివారికి ఇవియు రాకుండవచ్చును. కొంతవంట నేర్చినవారు, ఈవంటయు నేర్చుకొనగలరు.

మూడవది:-వరిఅన్నము తినువానికి ఇతర ధాన్య ములు రుచింపవు, రుచించినను అరగవు అను ఒక భ్రమ. ప్రప్రథమమున కోతికిగాని, చిన్నబిడ్డకుగాని వరిఅన్నము

పెట్టిచూడుడు. జొన్నన్నముగూడ కొంచెము రుచి చూపించుడు. రెంటిని తినును. రుచులు మనము అనుభవముతో నేర్చుకొన్నవి. కాఫీడికాక్షను రుచి, టీనీటి రుచి, బ్రాందీ రుచి, హార్లిక్సు రుచి, ఓవల్టిన్ రుచి క్రొత్తగా నేర్చుకొని ఆనందించేవారుండగా, ఆకలితో మాడు వారు, లేదాసగము కడుపునిండినవారు, రుచుల గమనింతురా? ఆ ఆహారముల రుచిచూచి బాగులేదని మీరందురా? అజీర్ణరోగులకు, తక్క, యితరులకు,అవి అన్ని వంటకములును, సరిగా పక్వము జేసినయెడల, మితిగ తిన్నయెడల, తప్పక జీర్ణమగును. పైగా వరికంటె యెక్కువ పోషణను, బలమును ఇచ్చుననియు యెరుంగుదురు. ఆరోగ్యవంతులలో కొందరికి మొదటి రోజులలో ఈ మార్పు కొంత అజీర్ణమును కలుగచేయునేమో! అయినను, కొద్దిరోజులలోనో వారములలోనో, జీర్ణకోశము ఈ మార్పును అంగీకరించి యథాప్రకారము పనిచేయును.

పై మూడు అభ్యంతరములకు చెప్పబడిన సమాధానము అంగీకరింపనివారి గతియేమి? దొరికినన్ని బియ్యము వండుకొని తినడము, లేనప్పుడు, తక్కువగా నున్నప్పుడు, పోషణకు వేరుమార్గములేక ఆరోగ్యము చెడుపుకొనడము. ఒకరోజు, ఒకవారము తగ్గించుకొని బియ్యము

ఉపయోగించినను పోసుపోను దేహమునకు, వృత్తికి తగినంత ఆహారము లేనందున, క్రమముగా శక్తితగ్గి, తుదకు రోగమునకు గురియు అగుదురు. వరిబియ్యము చాలినంత దొరకనప్పుడు ఇతర ధాన్యముల వాడుట అవసరము, ఆరోగ్యకరము.

ఒక్క వరిబియ్యము (కొరతకు ఇతర ధాన్యములు - గోధుమలు - జొన్నలు - సజ్జలు) తిన్నంత మాత్రము ననే దేహమునకు కావలయు పోషణ పదార్థములన్నియు లభ్యపడవు. మాంసకృత్తులు కావలెను. మాంసాహారము తినువారు చేపలు, మాంసము, కోడిగ్రుడ్లు, కోళ్లు, వేటమాంసము, పక్షులమాంసము దినదినము యేదో వకటి కొంతయైనా తినవలయును. పల్లెటూరుయందువలె పండుగరోజున మాత్రము పొట్టేలునో, కోడినో, తిని త్రేపిన ఆరోగ్యము నిలువదు. ఇక శాకాహారుల కేమి దిక్కు ? కాయధాన్యములు - అనగా మన పప్పులు, కందులు, పెసలు, శెనగలు, మినుములు, ఉలవలు, అనుములు, అలసందలు మంచి మాంసకృత్తులు, పోషణకరములు.

దేహమునకు కొంత క్రొవ్వపదార్థములును కావలెను గదా ! మనదేశమున క్రొవ్వు తినవలసిన అవసరము లేదు.

నెయ్యి, వెన్న, మీగడ, నూవులనూనె, శనగనూనె, కొబ్బరినూనె పరిమితిగా కూరలలో, పాకముల వాడుట అలవాటు. భాగ్యముకొలది, శక్తికొలది నెయ్యి, వెన్న దొరకినను, బీదలు, నూనె, చేపలు, వేరుసెనగ మొదలగు వానివలన వలయు క్రొవ్వును దేహమునకు లభింపచేయ వచ్చును. అట్లు చేసికొనుట అవసరము. భాగ్యవంతులు సారపప్పు, బాదంపప్పు, సామాన్యులు జీడిపప్పు తిని కొంత క్రొవ్వు దేహమునకు చేర్చవచ్చును.

కాయకూరలు, ఆకుకూరలు వీలగునన్ని దొరకునన్ని యేవైనను తినుట మంచిది. ఏలననగా, యీ మధ్య క్యాబేజి, బంగాళాదుంప, బెంగుళూరు 'బీన్సు' తిన నల వాటుబడ్డవారు, చేమ, ముల్లంగి, కంద, గెణుసు దేశ దుంపల తట్టైనను చూడరుకదా ! ఇక గుమ్మడి, అనప (సొర), దోస మొదలగునవికూడ అస్పృశ్యములుగ త్రోసివేయబడుచున్నవి. అన్నిటికంటె, దేశానర్ఘకము ఆకుకూరలయెడ నేటి జనులు, సంసారులు, సంసారిణులు చూపు అనారదము. గోంగూర మొదలు తోటకూర, బచ్చలికూర, పొన్నగంటికూర, అవిశెఆకు, మునగఆకు, తోటకూరకాడలు, అరటిపూవు, అరటిబొందె కూరలకు ఉపయోగించుట ఆరోగ్యకరమేగాక, లాభకరమున

గదా ! ఇక మెంతి, పొదినె, అల్లము, మామిడికాయ, టొమాటో, ఉసిరిక, ఉల్లి చాలవా ?

పండ్లు అనగానే ఆపిల్సు, బత్తాయిలు అని పొరబాటు పడుట అలవాటయినది. ఈ మధ్య నొక పేదరాలు అనారోగ్యముతో డాక్టరును దబ్బిచ్చి దర్శించగా ఆయన ఆమెను ప్రతిరోజు 6 బత్తాయిపండ్లు తినమనెనట. అందుకు దినమునకు ఒక రూపాయి వ్యయముచేసి ఆమె అప్పుల పాలాయెను. పండ్లు రకరకములు ఆంధ్రదేశమునగలవు. పనసపండ్లు, రామాఫలము, సీతాఫలము, నిమ్మపండ్లు, నారింజకాయలు, కమలాలు, అరటిపండ్లు, అనాసపండ్లు, మామిడిపండ్లు భోజనాంతరము తినుట ఆరోగ్యకరము-ఆనందదాయకము. పేదసాదలు తాటిపండ్లు, నేరేడు పండ్లు, ఈతపండ్లు, పాలపండ్లు, రేగుపండ్లు (నాగుజెముడు పండ్లు నశించినవి) జామపండ్లు తినవచ్చును.

ఈమధ్య పాశ్చాత్యులు పాలయొక్క పోషణశక్తిని గుర్తించినను, మనదేశమున పాలు, మజ్జిగ, వీనితో చేయబడిన భక్ష్యములు పురాతనముగ ప్రసిద్ధిచెంది యున్నవి. ఎవరుగాని దినమునకు అర్ధసేరో, పావుసేరో పాలుత్రాగుట ఆరోగ్యకరము. ఆవుపాలుకానీ, గేదెపాలు కానీ ఏదైనను సరియే. ఎదిగెడుబిడ్డలు, గర్భిణీ స్త్రీలు,

చంటిబిడ్డలుగల స్త్రీలు, రోగులును, పాలు తప్పక త్రాగ వలెను. పాలు దొరికినంత త్రాగండి. పాలు చాలని యెడల మజ్జిగ చేసుకొని త్రాగండి. ఆంధ్రుల ఆచారము లలో ఒకటి, అతిథికి నీరు, మజ్జిగ యిచ్చుటకదా! ఇంటి పేర్లలో 'పాల'వారు 'మజ్జిగ' వారును కలరు.

ఈ సూచనలను, సూత్రములను గమనించి, అనుస రించిన ఆరోగ్యము చెడకుండును. పై చెప్పిన ఆహార పదార్థములన్నియు తినువారికి "విటమినులు" డాక్టర్ల మందులు వేరుగ పనిలేదు.

---

9. విద్యార్థుల ఆరోగ్యము

(రెడ్డి పత్రిక : మే 12-1934)

ఈనాటి విద్యార్థులే భావికాలపు నాయకులుగదా. ప్రతిదినము 5, 6 గంటలు, వారమున కారుదినములు, సంవత్సరమున 9, 10 నెలలు పర్యంతము, పాఠశాలలందే విద్యార్థులు వసింతురు. కాబట్టి పాఠశాలయొక్క పరిసరములయు, గదులయు ఆరోగ్య స్థితులను గమనించవలసి యుండును. పాఠశాలల వైద్య పరీక్ష నిర్బంధము చేయుటవలన ఆసింపబడు లాభములు:—

1. అంటువ్యాధుల ప్రారంభదశయందే గుర్తించి, బిడ్డలను, సంఘమును వీనిబారినుండి తప్పించుట.

2. బిడ్డయొక్క శరీరలోపములు చదువునకు ప్రతిబంధకములుగ నుండును. అట్టిలోపముల గుర్తించి చక్కజేయుట.

3. శరీర మానసిక దార్ఢ్యముల గుర్తెరిగి తగినంత విద్య నొసగుట.

4. పాఠశాలయందు ఆరోగ్యపరిసరముల నేర్పరుచుట.

5. బడికిని, గృహమునకును, పరస్పర స్నేహబాంధవ్యముల నేర్పరచి, బిడ్డలయందు కనిపెట్టబడిన లోపములకు, రోగములకు అనువగు చికిత్సల చేయించుట.

6. బడియందును, ఇంటియందును, పారిశుధ్యము, ఆరోగ్యజీవనము నవలంభించుటకు బోధనచేయుట.

7. బిడ్డయొక్క ఎదుగు శక్తిని, దేహదార్ఢ్యమును వృద్ధిచేయుట.

ఇంగ్లాండులో 1907 వ సం॥ న స్కూళ్ళ తనిఖీ చేయుటకు ప్రత్యేకవైద్య వర్గము యేర్పరుపబడెను. నాటినుండి, స్కూలు బిడ్డల యారోగ్యము చాల వృద్ధినొందినదని నిదర్శములున్నవి. ఇండియాలో, యీ విషయమై యీమధ్యనే కొంత యత్నము జరుగుచున్నది. మద్రాసు రాజ్యములో, నిట్టి పరీక్షలు 1924 సం॥ న ప్రారంభింపబడినవి. ప్రస్తుత విధానమున అనేక లోపములున్నవి. ఇతరదేశములందువలె, ప్రత్యేక వైద్య వర్గమును యీకార్యమునకు నియోగించుట మంచిది. వారు స్కూలు పిల్లలను మాత్రమే తనిఖీచేయుచు, లోపములను గుర్తించుచు, సలహాలను, చికిత్సల నొసగుచు, బిడ్డల క్రమవికాసమును గమనింపగల్గియుందురు. వారికి తోడుగ, బిడ్డల ననుదినము విచారించుచు, వారి బాధలను రోగములను గమనించి, మందు లొసగుటకు బిడ్డల

తల్లిదండ్రులకు బోధనచేయుటకు ఒక నర్సును, ఒక చికిత్సాలయమును, ప్రతి స్కూలున నుండుట యవసరము. మద్రాసు రాజ్యమున నమలులోనున్న పద్ధతియిది:- డాక్టరు అనిపించుకొన్నవాడు, ప్రత్యేక శిక్షణయు, అనుభవమును లేకయే యీపనికి నియమింపబడుచున్నాడు. ఒక బిడ్డను తనికీ చేసిన 12 అణాలు వచ్చును. కాన, యెక్కువమందిని త్వరగా తనికీచేయుటయే వీరి ముఖ్యోద్దేశము. బిడ్డల లోపముల, హడావడిలో గుర్తించబడిన వానిని, చికిత్స చేయించుటకు, కుదుర్చుటకు వసతులు లేవు. పండ్లు పుచ్చిపోయిన బిడ్డలకు యెన్నిమారులు, సలహా నిచ్చినను, ఆయూరనే పండ్లవైద్యుడు లేనపుడు లాభమేమి? కండ్లలోపములకు, మందులు సులోచనములు పేద బిడ్డలకెట్లు దొరకును ? ఆరోగ్య బోధనచేయువారెవరు? సంవత్సరమున కొకసారి దర్శనమొసగు వైద్యుడు పిల్లల అరోగ్యము నెట్లు గమనించును ? ఈ కారణముల వలన, "రిట్రెంచిమెంటు" కమిటీవారు, ధనవ్యయమునకు తగినంత ప్రజారోగ్యాభివృద్ధి కనబడుటలేదని, గవర్నమెంటు వారిచ్చుచుండిన గ్రాంటును నిలిపివేసిరి.

ఇక ముందెన్నడైన, విద్యార్థుల తనికీకై, ప్రయత్నములు జరుగునెడ, ప్రత్యేక శిక్షనొందిన వారిని యిందుకు నియమించవలెను. వారు యిదే కార్యమును జీవి

తావధిగ పరిగణింపవలెను. చికిత్సకు వసతులును, స్కూలుయందే యుండవలెను. పుష్టికరమగు ఆహారములు ఇంటియందు దొరకనియెడల స్కూలునందైన ఒసగబడవలెను. వైద్యుడు, ఉపాధ్యాయుడు, బిడ్డయొక్క తల్లిదండ్రులును, కలసి, బిడ్డ ఆరోగ్యము విషయమై చర్చింపవలెను. శెలవు దినములయందు ఆడుకొనుటకు మంచి యేర్పాటులు చేయవలెను. బిడ్డలకు శరీర శాస్త్రమును, రోగ నివారణోపాయములును నేర్పవలెను. స్కూలు భోజన శాలయందు శుభ్రమైన ఆహారము తినుటకేగాక, యే యాహారము తినవలెను, ఎట్లు తినవలెను అను సూత్రములును నేర్పవలెను. ఈవిధముగ విజ్ఞానము సామాన్యుల గృహముల ప్రవేసించుటయు, మేలు చేయును. ఉపాధ్యాయులును, తల్లిదండ్రులును, కూడ అరోగ్య సూత్రములందు శిక్షనొందుటయు శ్రేయోదాయకము.

ఇంగ్లాండుదేశమున 1931 సంవత్సరము స్కూలు బిడ్డల విషయమై యెంత శ్రద్ధ తీసుకొనబడినదియు, యితర దేశములలో నెన్ని సౌకర్యములుండునదియు, చదువునపుడు, వినునపుడు, మన బడిపిల్లల బ్రతుకు కుక్క పశువుల బ్రతుకేకాని, సంస్మరణీయును, సంతోషదాయకమును ఆరోగ్యకరమును కాదని స్పష్టపడును.

గత సంవత్సరమున ఇంగ్లాడున 1339 మంది స్కూలు ఆరోగ్య రక్షకులును, 1801 స్కూలు చికిత్సాలయము లును, 996 మంది ప్రత్యేక చికిత్సలయందు ప్రవీణులైన వారును, 765 మంది పంక్షవైద్యులును, 5,573 స్కూలు నర్సులును యుండిరి. 18 లక్షల బిడ్డలు తనిఖీచేయబడిరి. 1 లక్ష చిల్లరమంది ప్రత్యేక చికిత్సలు యివ్వపడిరి. నూరింట 20 పాళ్ళు బిడ్డలు యేదో నొక లోపము, రోగముచే బాధపడుచుండిరి. ఆదేశమున సామాన్యరోగ ములు యివి.

1. చర్మవ్యాధులు, 2. టాంసిల్సు, 3. దృష్టిలోప ములు, 4. కండ్లు, ముక్కు, గొంతుజబ్బులు, 5. పోషణ చాలకుండుట, 6. చెవిలోనుండి చీము, 7. వంకలు, కుంటులు, 8. నరముల వ్యాధులు.

సర్. జార్జి న్యూమెనుగారు బోధించునట్లు, బడిపిల్లల సంవత్సరమున కొకసారి ఒక గదిలో రెండు నిమిషములు చూచిన చాలదు. పిల్లవాని దేహమును, మనసును, బడి లోను, క్రీడా ప్రదేశములను, యింటివద్దను, పలుమారులు గమనించవలెను. స్కూలునందు విద్య నేర్పుటయే గాక, ఆరోగ్య జీవితమును అభ్యసింపచేయవలెను.

ఆరోగ్యముగ నుండు బిడ్డల లక్షణములెవ్వి ?

1. ఎదుగుట సరిగానుండుట. 2. తూనిక వ్యక్తి యెత్తుకు

తగినట్లుండుట. 3. శరీర సాధన. 4. సంతోషము. 5. శరీర దార్ఢ్యము.

ఈ బిడ్డల పరీక్షించునపుడు, కుంట్లు, రోగములున్న వా యని మాత్రమే చూచుట చాలదు. ఆరోగ్యము-ఉత్తమ స్థితిలోనున్నదో చూడవలెను.

విద్యాసంస్థలు, మనసునే కాక, శరీరమును వృద్ధిచేయ వలెనను విషయమును మరచుచున్నారు. ఇందులకు నిర్మలమైన గాలి, వ్యాయామము, విశ్రాంతి, ఆహారము, పరిశుభ్రత, కార్యాలోచన, కార్యశూరత్వమును సరియైన పరిమితులలో నుండవలెను. ఆరోగ్యకరమైన శరీరమున, మనశ్శక్తులును సులభముగ వికాసము నొందును.

ఆహార లోపముల సరిచేయుటకు, యింగ్లాండున ప్రభు త్వమువారే బహు ప్రయత్నముల చేయుచున్నారు. ఆహారముయొక్క ఉష్ణతాశక్తి, అందలి వివిధవస్తువులు, వంటకము, వడ్డన, మొదలగునవి తృప్తిగనున్నవో స్కూలు ఆరోగ్యరక్షకుడు నిర్ణయించవలెను.

చిన్నబిడ్డలు సంవత్సరమునకు 5 పౌనులు భరువును, 2 అంగుళముల యెత్తును, యెదుగుట సహజము. అట్లు కానియెడల లోపముల నిర్ణయించవలెను.

ప్రతిదినము బిడ్డలందరికి, 1 పైంటుపాలు, 4 అవున్సులు మాంసము, 4 అవున్సులు చేపలు, 1 అవున్సు వెన్న, కాయకూరలు, పండ్లు అవసరము. 1931 సం॥న, 157 స్థానిక సంస్థలు, 3,20,000 బిడ్డలకు, 480 లక్షల భోజనముల పెట్టెను. ప్రతి సంవత్సరమును, 8 లక్షల పిల్లలు, దినమును పాలను త్రాగునట్లు, ఇంగ్లాండు జాతీయ క్షీర ప్రచారక సంఘమువారు యేర్పాట్లు చేసియున్నారు. 150 తావుల, "పాలసంఘములు" యేర్పడి యున్నవి.

మన రాజ్యమున, పాఠశాలలందలి బాల బాలికల ఆరోగ్యరక్షణకు, రోగచికిత్సకు, పోషణకు, వసతులు లేకుండుట, రాజ్యాంగవేత్తలు యెపుడు గమనింతురో కదా!

---

10. ఆరోగ్య దాంపత్యము

(1934-35 సం॥ లో, ట్రైనింగు స్కూలులో, ప్యూపిల్ టీచర్లకు ఉపన్యాసము)

"No man should marry before he has studied and dissected the body of a woman"

—*Balzac.*

స్త్రీ పురుష సాంగత్యము అతి పవిత్రము. సృష్టి వైచిత్రముతో, స్వాభావిక, లైంగికేచ్ఛ తరతరముల నుండి, స్త్రీ పురుషజాతులను చేర్చుచున్నది. ఇట్టి యాకర్షణయే వర్తమాన కాలమున స్త్రీ పురుషుల కూర్చి, భావిమానవసంఘమును కలిగించుచున్నది. మనుష్యుల లైంగిక జీవనముయొక్క సంపూర్ణోద్దేశము నూతన ప్రాణులను పుట్టించుటయే. మానవజాతి అంతరించకుండ వర్ధిల్లుటకు సృష్టికి ఒక్కటే సాధనము కలదు. అది మనుజుడే. పుత్రులయొక్క విధ్యుక్త విధులలోనెల్ల ప్రాధాన్యము ఆరోగ్యపూర్ణులగు పౌత్రులను పుట్టించుట. తల్లిదండ్రుల దేహములోని కోట్లకొలది కణముల సారమును వహించుచున్న బీజకణముల రెంటి సంయోగముచే శిశురూపము యేర్పడుననియు, ఆ శిశువు తల్లిదండ్రుల తత్వము, దేహదార్ఢ్యము, ఆరోగ్యము, ననుసరించి యుండుననియు,పర్యాలోచనచేయువారికి, లైంగికజీవనము

తమాషా కాదనియు, పవిత్రధర్మములతో కూడినదనియు, యెల్లవారును సన్మార్గవర్తనులై దేహాంతర్భాగములోని సూక్ష్మబీజకణముల పరిపూర్ణస్థితిలో నుంచవలసిన బాధ్యత తమయందున్నదనియు స్పష్టపడును.

శుక్లశోణిత సంయోగము (fertilisation)

శుక్లములో లక్షలకొలది సూక్ష్మజీవములు ఉన్నవని సూక్ష్మదర్శిని పరీక్షవలన తెలియుచున్నది. అప్పుడే వెలువడిన శుక్లములో స్పెర్ మెటోజోవా (Spermetozoa) అతిశీఘ్రగమనమును గలిగియుండును. ఈ స్పెర్ మెటోజోవా సూక్ష్మరూపములో మూడుభాగములు చూడనగును. (1) శిరోభాగము, (2) మధ్యభాగము, (3) పృచ్ఛభాగము. దీని దేహమంతటి పొడుగును ఒక మిల్లిమీటరులో $\frac{1}{600}$ భాగము. శిరోభాగము మాత్రము మిల్లిమీటరులో $\frac{1}{300}$ భాగము. పొడవైన తోకయే దీనికి శీఘ్రగతి కలుగచేయుచున్నది. ఒక గంటలో 7 మొదలు 20 అంగుళముల దూరము ప్రయాణము చేయును. స్త్రీ శోణితము గోళాకారమగు సూక్ష్మాండజ యుక్తమై యుండును. స్పెర్ మెటాజోవాతో పోల్చి చూచిన చాలా పెద్దదయ్యును మన చూపునకు అగుపడదు. దీని వ్యాసము ఒక అంగుళములో $\frac{1}{125}$ భాగము ($\frac{1}{5}$ mm. diameter.)

అనగా స్పెర్ మెటోజోవాయొక్క శిరోభాగమునకన్న సూక్ష్మాండము రమారమి ఒక లక్షరెట్లు ఎక్కువ అవకాశ మును ఆక్రమించుకొనును. పరిమాణములోని వ్యత్యా సమునకు బదులోయన, స్పెర్ మెటోజోవా, పురుషుని వృషణములలో, అండకోశములలో కలుగు అండముల కన్న, అత్యధికముగా ఏర్పడుచున్నవి. స్త్రీ దేహములో గర్భధారణయుక్తమగువయస్సు పర్యంతకాలములో (15 మొదలు 45 వత్సరముల వరకు) నెలకొకటి చొప్పున 400 అండములు మాత్రము పరిపక్వమగుచున్నవి. పురుషుని యందున్ననో గర్భాదానార్హతగల కాలములో నాలుగు వందల శతకోట్లు స్పెర్ మెటోజోవా ఉద్భవించుచున్నవి. అనగా ప్రతి మానవ అండమునకు నూరు శతకోట్ల స్పెర్ మెటోజోవా కలుగుచున్నవి. ప్రకృతి కోట్లకొలదిగ యేల కొల్లబెట్టవలెను. సృష్టియొక్క మూలోద్దేశము స్పెర్ మెటోజోవా సూక్ష్మాండమును చేరవలయుననిగదా ! కోట్ల కొలది ప్రయత్నించిన కొన్నియైనను అండమున సమావిం చును అను సూత్రమే సృష్టియొక్క అమితత్వమునకు కారణము. తక్కినవన్నియు నిరుపయోగములై నిర్జీవములై పోవును. అండసామీప్యము నొందు స్పెర్ మెటోజోవా సాధారణముగా, ఒక్కటే, ఒక్కటి మాత్రము, అండము లోనికిప్రవేశింపగలుగుచున్నది.మానవజాతిస్వాభావికముగు

(Chromosomes) రంగుపోగులు 48 లో 24 మాత్రము (అర్థ సంఖ్య) స్పెర్ మెటోజోవా శిరోభాగమునుండియు, 24 అండాంతర్భాగమునుండియు ఏర్పడును. స్త్రీ పురుష బీజకణములు కలయుటచే యేర్పడిన ఆదికణమునుండి క్రమక్రమముగా, రెండు, నాలుగు, ఎనిమిది, పదునారు కణములు ఏర్పడుచున్నవి. తుదకు సంపూర్ణ పిండరూపము కలుగుచున్నది. అనగా మన దేహములోని ప్రతి కణములో ముఖ్యాంశములో సగము, తండ్రినుండియు, మరియొక్క సగము తల్లినుండియు సంగ్రహింపబడినవి. అందువలననే ప్రతి తల్లిదండ్రియు తమ సంతానము భౌతిక మానసిక తత్వముల నిర్ణయించుటలో, సమానశక్తులను బాధ్యతలును, కలవారుగా నుందురని ఇందువలన స్పష్టమగుచున్నది. ఇంతేకాదు - పితామహులయు, మాతామహులయు, వారి పూర్వీకులయు వైపరీత్యములు, తత్సంతతివారిలో పొడచూపుటయు సాధ్యమని గ్రహించవీలగుచున్నది. బీజకణములలోని పదార్థ తత్వమే ప్రాణిజాతి ఇదమిద్ధమని నిర్ణయించుచున్నది. దానివలననే దేహపరిమాణము, త్వక్వర్ణమును, రోమలక్షణములునుకపాలాకృతియు, మానవజాతి సహజములగు నితరలక్షణములును ఏర్పడుచున్నవి. బిడ్డలలో కొంతవరకు మన పూర్వీకుల తెగయొక్కయు, ఎక్కువగ కుటుంబముయొక్కయు,

అంతకంటె జననీ జనకుల యొక్కయు విశిష్ట విపరీత లక్షణములను కన్నట్టుచుండును. మనుజునిపొడవు, అతను నడచురీతి, ప్రవర్తనము, బుద్ధిబలము, ముక్కు, నోరు, చెవుల ఆకృతియు, అతని మనోశక్తులును, సహజస్వభావమును, మనుజుని సర్వభౌతిక మానసిక లక్షణములును, ఆ సూక్ష్మ బీజకణములలో ఇమిడియున్నవి.

దగ్గరబంధువులతో పెండ్లియాడుట వలన కలుగు నష్టమేమి? ఆరోగ్యవంతులుగ నుండు మనుజులలోను జంతువులలోను వృక్షములలోను ఇట్టి సంబంధమువలన మంచి దార్ఢ్యముగల సంతతి కలుగుట కలదు. కాని, ఒక అపాయము కలదు. దగ్గరబంధువు లందరును ఒకే రకమైన శారీర నిర్మాణ లోపమునుగాని, రోగానుకూల తత్వమునుగాని, కలిగియుందురు. అట్టి తత్వములు గల స్త్రీ పురుషుల దాంపత్యములో కలిగిన సంతానములో తల్లిదండ్రు లిద్దరియందును, నిగూఢముగా నుండిన లక్షణము, గమనింపదగినంత పెద్దదిగ నేర్పడును. పశు జాతుల పెంచువారు ఆదర్శిక రూపములు కలిగి ఆరోగ్య వంతములైన ఆబోతుచేత ఆవును "దాటింతురు" కాన ఆరోగ్యసంతతి కలుగుచుండును. మనుష్యులలోనన్న ఇట్టి "వరాన్వేషణ" సాధ్యముకాదు. ఇంతేకాక పూర్వీకుల లక్షణములు వధూవరులకు పూర్తిగా తెలియకుండ

వచ్చును. మొత్తముమీద బంధువులలో వివాహము సాధ్యమైనంతవరకు చేసికొనకుండుట మంచిది. అయితే యీ సందర్భమున చాలా భేదముగల మానవజాతులలో సంబంధముకూడ అంత తగినది కాదని చెప్పవచ్చును. మానవసంఘములో, ఒక పద్ధతి లేకవివాహములు జరుగుచుండుటవలన, వ్యక్తులకేకాక, సంసారములకును సంఘమునకును కీడుకలుగుచున్నది. ప్రజలలో మూఢత్వము, సోమరితనము, మందబుద్ధి, సంఘద్వేషము, చోరత్వము మొదలగునవి పెరుగుచున్నవి. మనుజులలో, జంతువుల వృక్షముల, సంతానాభివృద్ధికి మనముఉపయోగించుశాస్త్ర జ్ఞానమును, మానవ సంఘములోను, ఆచరణలోనికి తెచ్చిన యెడల కొద్ది తరములలోనే, అందములోను, బలములోను, ఇంతవరకెన్నడును పుట్టని ఉత్తమజాతిని సృష్టింపవచ్చును. కాని, మనుజులలో, చట్టప్రకారముగ గాని, బలవంతముగగాని, దాంపత్యము ఏర్పడుట అసంభావ్యము. అయినను సంతానార్థులయి కూడు స్త్రీ పురుషులు, బిడ్డలు ఆకాశమునుండి రాలిపడరనియు, సలక్షణయుక్తులగు సంతతి, మంచితల్లిదండ్రుల శుభసంయోగము వలనగాని, కలుగదనియు, జ్ఞాపకముంచుకొని స్వతహా బుద్ధిపూర్వకముగా, యోగ్యతకలవారిని మాత్రము వరించి, శుభలక్షణయుక్తులగు కుటుంబముల వర్ధిల్లచేయు

వలెను. అట్లయినయెడల కొద్దికాలములో అయోగ్యతయు, దుర్మార్గ ప్రవర్తనమును అంతరించును. ఉత్తమోత్తమ మానవుల సంతతికై చాల ప్రచారముచేసి పాటుపడవలయును. మానవ సాధారణమగు కార్యకారణబుద్ధి యేమాత్రముపయోగించి, ప్రాణి జాతులలో అగ్రగణ్యస్థాన మలంకరించుదు మనుమాట సార్థక పరచుకొనుటకైన, వికారులును, వినీతులను, పుట్టువెర్రివారిని, లోకములో జన్మించకుండ చేయుటకు ప్రయత్నించినను చాలును. తల్లితండ్రులనుండి పుట్టుకతో, బీజపదార్థము ద్వారా, తరతరములుగ వచ్చు లోపములలో, అంగవికృతములు ముఖ్యములు:—పుట్టుమచ్చలు, కుడివైపు అంగములు ఎడమవైపునుండుట, మొదలగునవి స్పష్టముగాకుండును. పండ్లు పుచ్చుట, సామీప్య దృష్టి, వర్ణాంధత్వము, పుట్టుమూగత్వములు, చెముడు, ఆరువేళ్లు, చీలకపెదవి, మొదలగునవి గమనింపబడును; కొంత యిబ్బందికి కారణమగును. గోప్యాంగముల వికృతములు సంభోగమునకును సంతానశక్తికిని అడ్డుకలుగునా ? స్తనములు లేకుండ స్త్రీ బిడ్డకు పాలు యివ్వజాలదు. రక్తస్రావములు కలిగించు హెమోఫీలియా లభించిన, ఏపాటి కొద్ది ఘాతకలిగినను విశేషముగా నెత్తురుకారుటచే ఉపద్రవమగును. వారి నెత్తురు సామాన్య మనుజులలో

వలె గడకట్టుకొను శక్తి లేకయుండును. యీ రక్త లోపము స్త్రీ సంతతిలో బయట పడదు. ఆరోగ్యవంతులుగానున్న స్త్రీలయొక్క మగశిశువులలో మరల నిది కనబడును. ఇట్లే కామిలార్థ శక్తులుకూడా ఒక తరములో నిగూఢముగా నుండుటయు, పౌత్రులలో వికసించుటయు, కలదుగదా. రోగానుకూల పరిస్థితులును కొన్ని కుటుంబములలో తరతరములుగా వచ్చుచుండును. వాత శరీరములు, మధుమేహము, చర్మరోగములు, దేహాంతర్భాగ పరిణామ వికృతులు బీజపదార్థ మూలముననే వారిసంతతులలో నాటుబడుచున్నవి.

మానసిక వైపరీత్యములును, నరముల బలహీనతయు యిట్లు వంశపారంపర్యంగా తటస్థించును. మున్కోపము, వికటాభిప్రాయములు, హిస్టీరియా, చింతాక్రాంతత, త్రాగుబోతుతనము, విషయైక విపరీతములు, ఆత్మహత్యా, చోరత్వము, మొదలగునవి యన్నియు యిట్టివి. ఏదో అసామాన్య వికృతము ఒకబిడ్డయందు పొడచూపుట కొంతవరకు ఆకస్మిక మనవచ్చును. కాని చాలవరకు కొన్ని సూత్రముల ప్రకారము ఏర్పడును. మన అదృష్టమువలన యీ లోపములు చాలవరకు అణగియుండును. వీనితోబాటు యోగ్యతలు, ఉత్తమశక్తులును వంశపారంపర్యముగా వచ్చును.

ఏదో యొక ధాతువును, అంగమును, అంటుకొని యుండు లోపమునకన్న, శరీరాద్యంతము వ్యాపించి యుండు అనారోగ్యత యెక్కువ హానికరము.

తల్లితండ్రుల దేహములోని విపరీత స్థితులవలన, భోజన పదార్థలోపమున కణనష్టము కలుగవచ్చును. పోషణ చాల కుండుట, మితిమీరిన దేహకష్టమువలనకలుగు బలహీనత, అధిక విషయైకలోలత, మొదలగునవి బీజకణముల పాడుచేయును. యిట్లే తత్కాలిక ఉపద్రవ జ్వరములు, పురాణజ్వరములును. అన్నిటికంటె గొప్ప కీడు గలుగ చేయునది దేహమునందుండు నిరంతర కల్మష సముదాయము. ఈ విషదోషమువలన బీజకణములు పూర్తిగా జెడిపోవుటయు, నాశనమగుటయు కలుగును. లేదా ఎదుగు పిండములో ప్రవేశించి, దానిలో వ్యాధి కలుగ చేయును. మద్యపానము, సీసము, రసము, సూక్ష్మక్రిముల విషములు, సంతతిని చెడుపు దోషములో ముఖ్యములు. క్రిమిజనిత కల్మషములో సిఫిలిసుయొక్క విష తీవ్రత నాగరిక ప్రపంచమునెల్ల నల్లుకొన్నది. శుక్ర బీజాణువుల నశక్తుల చేయుటయేగాక, యీ విషము బిడ్డసంచిలోను, పిండములోను ప్రవేశించి, గర్భస్రావము, అంగవైకల్యము, అంగలోపము గలిగించును. నిర్జీవ శిశు ప్రసవము, జీవశ్ఛవమై, బుద్ధిమాంద్యము, వెర్రి మొద

లగు లోపములు గల దుస్సంతతికి, కారణమగుచున్నది. సిఫిలిసు వ్యాధివిషముకు మద్యపానదోషముచేరిన, మద్య పానాసక్తుల సంతతివారిలో మేధాశక్తులు, నరములు, పటుత్వము, కడు హీనము.

సిఫిలిసు క్రిమియే పిండములో ప్రవేశించి, బిడ్డను చంపుటయో, రోగపీడితులుగ జేయుటయో సామా న్యము. క్షయరోగుల శిశువు, తల్లితండ్రుల ఉమ్మివలనను తల్లిపాలవలనను, క్రిములులోనికి ప్రవేశించుటవలన అపా యము చెందుచున్నది.

వివాహ మాడుటకును, బిడ్డల పుట్టించుటకును, ఆరోగ్యసూత్రములు కొన్నింటిని గమనించుట మంచిది. ఈ క్రింద పేర్కొనబడినవారు వివాహమునకు తగరు. పెండ్లి అయినయెడల సంతానము కోరదగనివారు.

1. అంగలోపముతో కూడిన చపలబుద్ధులు.

2. హిస్టీరియా, మందమతి, పుట్టుమొద్దులు, మూర్ఛ గలవారు.

3. త్రాగుబోతులు, నల్లమందు, గంజాయి త్రాగు వారు.

4. సంఘ బాహుల్యమును తిట్టుచు, కీడుచేయు బుద్ధి కలవారు.

5. అంటువ్యాధులు, సిఫిలిస్, టూబరుకులోసిస్, కుష్ఠురోగులు, గనేరియా.

6. సంపూర్ణదేహ వికాసములేక యుండువారు (కుచములు, కటి చక్కగాఏర్పడనివారు, నెల మైలలేనివారు).

7. చిన్నతనమున "రికెట్లు" వ్యాధివలన కుంటుపోయిన కటి యెముకలు గలవారు.

ఆరోగ్యవంతులును, ఆదర్శములు గలవారును అగు పురుషులకు దేహపాటవము, సౌందర్యము, కామము కలిగిన దాంపత్యమునకు, అనువగు యువతియే మనసునాకర్షించును. అయితే అలంకరింపబడిన రూపములో అనేక లోపములు మరుగుపడి యుండునుగదా. వయస్సున కొన్ని లోపములు బయటపడవు. తర్వాత ప్రౌఢ చూపును.

వ్యక్తి యెదుగు కాలమున, అతని పరిసరములు, పరిస్థితులును, అతని సంపూర్ణ వికాశమునకు అడ్డంతగులును. కాబట్టి, పెండ్లియాడువారి గుణములనేగాక, వారి పరిస్థితులను, పూర్వీకుల చరిత్రముల, నెరుగవలెను. మంచి కుటుంబములలో సాధారణముగా గుణవంతులుండవచ్చును. తల్లితండ్రుల గుణములు, జీవితములు, నడువడియు, చాలా విషయముల సూచించును. ఆరోగ్య

వంతులై, సుఖజీవనులై, వయోవృద్ధులై యుండినను, ఆకస్మిక మరణము వాతబడినను, సంతతి దార్ఢ్యముగ, ఆరోగ్యముగ నుండుననవచ్చును. తల్లి, అవ్వయు, బిడ్డల స్వాంతముగా సాకెనేని బహుశా వారి పుత్రికయు అట్లు చేయును. అన్నదమ్ములు, అక్కచెల్లెండ్ర లక్షణములు కూడ గమనింపుడు. వారిలో ఎవరైన చనిపోయిన యెడల కారణముల నరయుడు. చాల పసివారు, చాల ముదుసలులు, బిడ్డలు కనకూడదు. దగ్గర బంధువులలో పెండ్లితగదు. చాల భేదముగల జాతులవారిరువురు కలిసి బిడ్డల పుట్టించరాదు.

వృత్తులు, ఆహారము, బీజకణముల చెరచును. అతిశ్రమయు, యెక్కువ తినుటయు, నగరవాసము, కృత్రిమ జీవనము, బీజపదార్థ శక్తుల క్షీణింపచేయును.

వివాహ విషయములలో నీ శాస్త్రజ్ఞానమును పాటించువారు అరుదు. ఒకరు సాంఘికస్థితి, ఒకరు ఆర్థిక లాభములు మాత్రము చూచి, పెండ్లియాడుదురు. కొందరు ప్రేమాంధులై, ముఖమును మాత్రము చూడగల్గుదురు. మరికొందరు నవలలు చదివి లోకజ్ఞానమెరుగక అందు నాయకలవంటివారి నెన్నుకొందురు. నూటికి తొంబదిమంది యే ఆలోచన లేక పెండ్లియాడు

దురు. దాంపత్యము ఒక 'Chance'. ఆకస్మిక సంయోగము. ఆటపాటులలోనో, బంధువర్గములోనో, నట్టేదుటనో, యాత్రలలోనో, ఉద్యోగ నిర్వహణము నందో, యే స్త్రీ పురుషుడు కనబడినను చాలును. బీజ గ్రంధులలోని ద్రవముల మదోద్రేకముచే భావములు ఆలోచనలు చిత్రగతుల పోవుచుండగ యౌవనులు హేతువాదము నాలకింతురా ? కావున బుద్ధిమంతులు, దూరదృష్టులైన తల్లిదండ్రులు, చిన్నతనమునుండి, నిరంతరము, తమ బిడ్డలకు, వ్యక్తియొక్క యోగ్యతను నిర్ణయించు గుణశక్తులను,యేర్పరచి చెప్పుచుండుట మంచిది. ఆరోగ్యము, బలము, మేధాశక్తియు, పాటుపడుశక్తి, స్వతంత్రత, ధర్మదృష్టి, విధ్యుక్త ప్రవర్తన, ఆత్మశక్తులు, స్వార్థత్యాగము మొదలగు సుగుణముల ప్రశంసనీయములని నొక్కి చెప్పవలెను.

ఆ పిల్లలు యౌవనారంభదశకు రాగనే, వారి సహచరులు, సహవాసులు, ఆరోగ్య వంతులును, సన్మార్గులును, సంబంధబాంధవ్యములకు అర్హులుగ నుండునట్లు చూచుట తల్లిదండ్రుల బాధ్యత. అట్లు చేయుటవలన అనర్థక స్నేహములు యేర్పడకుండును.

నూతన దంపతులు తమ అంతస్థులలోనుండి తమ వంటి ఉన్నతాభిప్రాయములు గల కుటుంబములో చెలి

మిగా నుండవలెను. అట్లుండుటవలన, లాభకరమగు స్నేహములును, సంబంధములును వీలగును.

బీజకణములు దేహాంతర్భాగమందలి ప్రత్యేకావయవములలో పుట్టుచున్నవి. స్పర్మటోజావా పురుషుని వృషణములలోను, సూక్ష్మాండకణములు (Ova) స్త్రీ యొక్క అండకోశములోను యేర్పడుచున్నవి. స్త్రీపురుష లైంగిక లక్షణముల నిశ్చయించునవి యీ బీజకణములే. స్త్రీపురుషుల మర్మాంగములన్నియు, యీ జీవోత్పన్న బీజకణముల సంయోగముకొరకు నేర్పరుపబడినవిమాత్రమే. జనన సంస్థలోని వేర్వేరు భాగములు పరిశీలింపుడు. సూక్ష్మదర్శినీ యంత్రముద్వారా చూచినపుడు, వృషణములు సూక్ష్మనాళముల చుట్టలచే నేర్పడినవని తెలియును. ఈ నాళము లొకవైపున మూయబడియున్నవి. రెండవవైపు యెపిడైడమిస్ అను భాగములోను, తర్వాత శుక్లనాళము (S. D) లోనికి చేరుచున్నవి. శుక్లనాళమును, దానిని అనుసరించియుండు రక్తరసనాడులును, నరములును, కలిసి, స్పర్మెటిక్ కార్డు అనబడుచున్నవి. యీ త్రాటిక్రింది కొనను వృషణము వేలాడుచుండును. దీనిఊర్ధ్వము గజ్జలకుపైగా దేహాంతర్భాగములోనికి పోయి మూత్రకోశ మూలమువద్ద మూత్రనాళములో చేరుచున్నది. ఈచోటనే "ప్రాస్టేటు", "సెమినల్

వెసికల్సు"ను యున్నవి. వీని ద్రవములు శుక్లముతో మిళితమై స్ఖలితమవును. యీ ద్రవములవలననే స్పర ములు చలనమును అండమునుచేరి ప్రవేశించు శక్తిని కలిగియుండును. మూత్రనాళము మూడుభాగములుగ పేర్కొనుట వాడుకయై యున్నది. మొదట ప్రాస్టేటు గ్రంధిలోనుండు భాగము. రెండవది మాంసపు పొరలకు మధ్య నుండునది. పై రెండుభాగములు, దేహాంతర్గత ములు. మూడవభాగము మాత్రము బయటనున్నది. మూత్రనాళమునుచుట్టియుండి మాంసగొట్టమును, దానికి ఊర్ధ్వభాగమున యిరుపార్శ్వముల నుండు రెండు మాంస కాండములును, కలసి, చర్మముచే చుట్టబడి, పురు షాంగముగ పరిగణింపబడు, శిశనముగ యేర్పడుచున్నది. ఈ శిశనము మూలమున కండరములు కలవు. శిశ్నాగ్ర మున మూత్రద్వార మున్నది. సామాన్యముగ అంగము మెత్తగా వ్రాలియుండును. దానిలోని మాంసకాండ ములు రక్తపుష్కలములైనపుడు, అంగము పొడుగయి గట్టిపడి, నిలుచును. అప్పుడు శిశనాగ్రమును కప్పి యుండు చర్మపు పొర వెనుకకు పోవును. ఈ పొరకును, లింగాగ్రమునకును మధ్య, "స్మెగ్మా"యను క్రిమిద్రవము కూడుచుండును. అది తెల్లని కొవ్వుపదార్థము. చెడు వాసన గలిగి చూచుటకు వెన్నవలె యుండును.

స్త్రీలోని అండకోశములు, పురుషుని వృషణముల కన్న చిన్నవి. వానిలో రమారమి 70 వేల సూక్ష్మగోళ ములుండును. ప్రతిదానిలో నెలకొక అండము పెరుగును. ఇన్నివేలలో 400 మాత్రము గర్భధారణ యుక్తవయ సున పరిపక్వమగును. అండము పెరుగుకొలది పైగో శము విరివియై 15 మిల్లి మీటర్లగును. అండము క్రమ ముగా అండకోశముయొక్క బహిర్భాగమునచేరి, అచట నుండి బయటకు పగిలి, ఉదరాశయములో విచ్చలవిడిగా నుండును. అప్పుడా సూక్ష్మాండము, సమీపముననుండు అండనాళము (F. Tubes) లోనికిచొచ్చి, దానిగుండా గర్భకోశముచేయును. ఈ సంచి స్థాణువులు మూలమున నిలచియుండును. ఈకోశముక్రిందభాగము, "వెజేనా" తో చేరుచున్నది. ఈ యోని పొరతో ఏర్పడిన గొట్టము. పైభాగమున గర్భకోశముయొక్క అధోభాగముతో కలిసి యుండును. సంభోగకాలమున పురుషుని అంగమును స్వీకరించుటకు తగినట్లేర్పడియున్నది.

అధో ముఖముగ, యోని ఒక నిలువు సందుగ గన్ప ట్టును. దీనికి రెండు పొరకప్పులు గలవు. యోని ద్వార మునకు ఊర్ధ్వభాగమున మూత్రద్వారమును, దానికిపైన "క్లిటోరి" సు అనబడు సూక్ష్మలింగమును యున్నవి.

కన్యలలో వెజైనా ద్వారమున కడ్డముగ యొక పలుచని పొరయుండును. ప్రథమరతి కాలమున నీ పొర చీలి కొంచము రక్తము తోచుట సాధారణమే.

లైంగిక వాంఛ

పదునాలుగు పదుహేను యేండ్ల ప్రాయమునుండి బాలురకు యవ్వన దశారంభమగును. అప్పటినుండి పురుషుని లైంగికాంగములును, వృషణములును, లైంగిక స్వభావానుక్రమముగా వికసించి పరిపక్వము నొందుచుండును. ఈ కాలముననే సాధారణముగ శుక్రోత్పత్తి ప్రారంభించును. బాలికలలో యింతకంటె కొంత శీఘ్రముగనే యీ మార్పులు మొదలుపెట్టును. స్త్రీకి యుక్తవయస్సు రాగానే అండకోశములు అతి వేగముగ పెరుగును; పరిపక్వమైన అండములు ఏర్పడును. అప్పటినుండి గర్భధారణ యుక్తవయస్సులో నంతయు, 28 దినముల కొక అండము పరిపక్వమై అండనాళములోనికి ప్రవేశించును. అచ్చట "స్పరము" అండములో ప్రవేశించనియెడల ఆ యండము 3 రోజులలో నశించును. అది నశించునపుడు గర్భాశయముయొక్క అంతర్భాగమందలిమ్యూకస్ పొరలోని రక్తనాళములు లావయినందున, కొన్ని చిట్లును. అపుడు గర్భకోశ కంఠముద్వారా బయలువెడలు

రక్తము (100 - 200 C. C) మూడు, నాలుగు రోజుల వరకు యోనిద్వారముగుండ అగుపడును. దీనిని నెల మైల యందురు. ఆరోగ్యవంతురాలగు స్త్రీ యందు యౌవనారంభమునుండి, 45 సంవత్సరముల ప్రాంతము నకు 'ముట్టు' నిలచువరకు, యీ నెలమైల తప్పక వచ్చు చుండును. పురుషునియందు శుక్లము నిరంతరము ద్రవించు చుండును. ముసలితనమునను మగవారికి శుక్లముండును. కొంత శుక్లము వృషణములలో ప్రోగయినప్పుడు అ యత్నముగా నిద్రలో శుక్లస్ఖలితమగుచుండును. ఇట్టి స్వప్నస్ఖలితము మొదట కారినపుడే బాలునకు పురుష తత్వము సిద్ధించెనని తలపవలెను.

యుక్తవయస్సు వచ్చినతోడనే యితర లైంగిక లక్షణములు పొడచూపును. స్త్రీ, పురుషులలో మర్మస్థానములలోను, బాహుమూలములలోను, రోమములును, బాలురకు మీసములు, గడ్డమును మొలకలెత్తును. బహిర్లైంగికావయవములు, పురుషుని శిశనము, యువతిస్తనములు, విరివిగా పెరుగును. దేహమందంతటను అస్తులు కండరములు కొద్దికాలములో వృద్ధి పరిణామములు చూపును. బాలుని కంఠములోని మార్పులు యెల్లరెరిగినవే. ఈ మార్పులన్నియు వృషణములు తీసివేసిన బాలు

నిలో పొడచూపవు. శుక్లము అండములు పక్వమగు టయేగాక, స్త్రీ పురుష అంతర్లైంగికావయవములలో హార్మోనులనబడు కొన్ని ద్రవములు జనించి యీమార్పు లను కలుగజేయుచున్నవి. యీ సూక్ష్మ రసాయినిక ద్రవ ములే మెదడునరములలో ప్రసరించి మనుష్యులలో, స్త్రీ పురుషభావములలో విభేదములకును, లైంగిక వాంఛ లకును మూలకారణ మగుచున్నవి.

విషయేచ్ఛ పలురూపములుదాల్చును. సంభోగ వాంఛ గనో, సంతాన వాంఛగనో ప్రదర్శింపబడును. కన్యకలలో సంతానవాంఛయే ఎక్కువగా నుండును. లైంగిక వాంఛ మానసికలక్షణములలో మొదటిది. ఇతర లైంగిక జాతి వ్యక్తుల వర్ణనలవలనను, దర్శనమువలనను సంతోషము, సుఖము అనుభవించుచుండుటయే యీ మానసికావృత్తి క్రమముగా సామీప్యమును, స్పర్శను, కౌగిలింతను, పరస్పర ప్రేమను, ఆశింపజేయును. మగవారిలో స్పర్శ కౌగిలి మొదలగు వాంఛలను తృప్తిపరచినను, అంతటితో తని యక సంభోగవాంఛ హెచ్చును. లింగముయుబికి బిగి సినపుడు వాని ఆతురత హెచ్చును.

రతియందు లైంగికేచ్ఛా ప్రభావమున బిగుసుపారిన పురుషాంగము యోనిలోనుంచబడి లోనికి వెలుపలకును

కదలింపబడును. స్పర్శరాపుడువలనను, మనోద్రేకము చేతను, శుక్లము స్ఖలితమగును. మూత్రనాళముయొక్క రెండవభాగమున నాళమును ఆవరించియుండు కండరము లును, శిశ్నమూలముల నుండు కండరములును బిగియుచుండుటవలన శుక్లము మూత్రద్వారము నుండి కొంచముకొంచముగ యోని అంతర్భాగమున వెలువరింప బడుచున్నది. అప్పుడప్పుడు మూత్రద్వారమునుండి గర్భ కోశముద్వారముననే ప్రవేశించుటయుకలదు. ఎట్లైనను తుదకు అన్ని సంభోగములలోను కొన్ని "స్వరము"లు అండమును అన్వేషించుచు, గర్భకోశములోనికి, అండ నాళములోనికి, ప్రవేశ మొందును. కొన్ని ఉదరాశయము లోనికి చేరును. ఒకటికంటె యెక్కువ అండములోనికి ప్రవేశించలేవుగదా. తక్కినగలవన్నియు క్షీణించి జీర్ణమై పోగా ఆ ద్రవములను, స్త్రీ ధాతువులు పీల్చుకొనును. ఈ ద్రవములు స్త్రీ మనోదేహములకు కడులాభకరము లట.

శుక్లస్ఖలనము తోడనే లింగము మెత్తగిల్లును. సంభోగేచ్ఛ అడుగంటి కొంతకాలమైనపిదప మరల పొడ చూపును. రతికాములైన ఆరోగ్యవంతులలోను, రతి సుఖానుభవమున పెరిగిన కామము కలవారిలోను, రతికి పూర్వమునను, రతి కాలమునను, మర్మస్థానములలోనికి

హెచ్చుగ రక్తము ప్రవహించును. అందువలన కొంత 'విడుపు' అవసరమగును. పురుషునిలో యింద్రియ స్ఖలనమగు నప్పటివంటి, విషయానందము (Sexual orgasm) స్త్రీకిని కలిగినగాని యిట్టి 'విడుపు' సాధ్యము కాదు.

ఆరోగ్యవంతులగు స్త్రీ పురుషులు, రతిమూలకముగ తమ లైంగిక వాంఛలను దీర్చుకొనుట ప్రకృతికి విరుద్ధము కాదు. అయినను దృఢ సత్వులును, మేధావంతులును అగు సంతతిని కనుటకును, మానవసంఘాచారముల గమనించియు, రతి వాంఛకలిగినపుడెల్ల తృప్తినొందజూచుటయు, ప్రతిసారియు లోకములోనికి ఒక శిశువు చేర్చుటయు, అంత వాంఛనీయములుకావు. ఆహారము తినుట, నిద్రపోవుట, మనుజుని బ్రతుకునకు అవసరములు. అవి లేనియెడల మనిషి జీవింపనేరడు. విషయైక వాంఛయో అట్టిదికాదు. మానవజాతి బ్రతుకుచుండుటకై ఏర్పడినది. మనుజుని బ్రతుకుకు యీ వాంఛల దీర్చుట అవసరము కాదు. అంతేగాక, యింద్రియమును భద్రముగ కాపాడుకొనువారు,ఉత్తమతరగతి దేహశక్తులను మనోబలమును గలిగియుండుట లోకవిదితము. శుక్లాధిక్యము, దేహారోగ్యము చెడుపుననుభయము లేదు. ప్రకృతియే, శుక్ల మెక్కువ చేరకుండుటకు, అప్పుడప్పుడు అప్రయత్న పూర్వకముగ

స్వప్నావస్థలో యింద్రియ స్ఖలనమగునట్లు జేయు చున్నది. సంభోగము చేయకుండిన శుక్లోత్పత్తియు క్రమముగ తగ్గుచుండును. పోనిండు, విషయైకవాంఛ జయింప వీలగునా అందురు. కార్యకారణశక్తి, మనోబలమును యుపయోగించగల ఆరోగ్యవంతులలో పెక్కుమందికి, విషయైకవాంఛల నణచియుంచుట చాల కష్టముకాదు. అతి కామాతురులగువారుకూడ నిరంతరము లైంగికోద్రేకముతో నుండరు. లైంగికోద్దీపనము, బాహ్య ప్రపంచమందలి కారణములవలన అప్పుడప్పుడు హెచ్చుగ అగుచుండును; కొలదికాలములో మరల అంతరించును. వృషణములలో ప్రవహించు రక్త పరిమితిని బట్టియు, ద్రవించు శుక్లమును బట్టియు, లఘుకారణములో, తీవ్ర కారణములో, మనుజునిలో కామోద్రేకము కలిగించును. జ్ఞాననరముల మూలమునను, ఉద్రేకము కలుగవచ్చును. శిశనము తాకినయెడల నరములద్వారా యీ వార్త మెదడునకు చేరును. అందుండి తిరిగివచ్చు కర్మ నరములద్వారా రక్తప్రవాహావృద్ధి యగును. అది యుబికి తిన్ననై బిగిసికొనును. ఇట్లు గట్టిపడుట విషయానంద సంబంధము లేకయే జరుగును. నిండిన మూత్రకోశము, మలిన పూర్ణమగు గుదము, వస్త్రములు, యూరవుల వలన శిశనమునకు కలుగు వత్తిడి, శిశ్నాగ్రభాగమందు

చర్మము క్రిందట మురికివలన కలుగు దురదయు, సంభోగ వాంఛను కలుగజేయును. నిద్ర వేళయందు నరముల ద్వారా పోవు సందేశముల మూలమున, శిశనము బిగిసి విషమైకానందము నిచ్చు స్వప్నముల కలుగజేయును. కాబట్టి కొన్ని లఘుసూత్రముల గమనించిన యిట్టి ఉద్రేక జనిత సమయముల తగ్గించవచ్చును. రాత్రి వేళల యెక్కువనీరు త్రాగరాదు. నిద్రపోవుటకు ముందు మూత్ర విసర్జనము చేయవలెను. దినదినమును శుభ్రముగ విరేచనము ఉండవలెను. తేలికయై విడివిడిగానుండు వస్త్రముల ధరించవలెను. ఎక్కువ పడకగుడ్డలు, కాలు మీద కాలు వేసికొనుట కూడనిది. అనవసరముగ హస్తస్పర్శ కూడదు. నీటితో కడిగి భాగములను పరి శుభ్రముగ నుంచవలెను. మితాహారము, మద్యపాన నిషేధము, మసాలాలు యెక్కువగ నుండు కూరలు తిన కుండుట, చాలా మెత్తనిది కాని ప్రక్క, చల్లనీటి స్నానము, దేహ వ్యాయామము, చాల తోడ్పడును.

మర్మభాగము లంటుటవలన కలుగు భావములవలెనే కొన్నిమనోపరిస్థితులును, లైంగికోద్రేకమును కలుగజేసి శిశనమును బిగియజేయును. అట్టి భావపరంపరలకు తావివ్వకుండుటకు ప్రయత్నించవలెను. కామోద్రేకము కలిగించు పుస్తకములు, చిత్రములు, సినిమా ఫిల్ములు,

డ్యాన్సులు, అనవసరమగు తొందరపాటు కలుగజేసి యువకుల పాడుచేయును.

సత్ప్రవర్తనకు హానియు, దుస్సంభోగమువలన అపాయమును, జ్ఞాపకముంచుకొన్న, కామోద్రేకము తగ్గును. లేదా విషమైక వాంఛలను పందెపుగుర్రముల పోకడలను తన బుద్ధీంద్రియముచేత స్వాధీనములో నుంచుకొనజాలనివాడు మనుజు డనిపించుకొనునా?

అతిమైథున ఫలితములు

అతిమైథునమువలన నరములు సడలును. అందువలన దంపతులలోను, లైంగికఅనుభవము మితిమీరకూడదు. ప్రాచీన ధర్మశాస్త్రకారు లీవిషయమును చర్చించిరి. పార్సీమత స్థాపకుడు జోరాస్టరు 9 దినముల కొకసారి సంభోగము మంచిదనెను. సాలోమన్ నెలకు మూడుసారు లనెను. మహమ్మదు వారమున కొకసారియని విధించెను. ఆలోచించగా ఒక ఖచ్చితమైన సూత్రమును చెప్పుట సాధ్యముగాదని తోచును. మనిషి తత్వము, వయస్సు, పోషణ, వారి జీవిత పరిస్థితుల ననుసరించి, ఆరోగ్యము చెడకుండ సంభోగము జరుపవచ్చును. మనోశక్తుల నెక్కువగ యుపయోగించువారు మితముగ ననుభవించుట మేలు. ప్రకృతి హెచ్చరికలను గమనింపుము. శీఘ్రముగ

ఎక్కువ ఉద్రేకముండుతరి శిశనము గట్టిపడి యింద్రియ స్ఖలితమైన పిమ్మట ఆనందమగు అలసట కలుగుచుండి, త్వరలో నిద్రవచ్చుచుండిన యెడల, రతి మితిమీరుట లేదనవచ్చును. అట్లుకాక శిశనము ఆలస్యముగ లేచుచు, ముష్టివెనుక వత్తుడుగ తోచుచుండిన యెడల, గుండెదడ, ముకోపము, అనిద్ర, మొదలగు లక్షణములు కనిపించినచో, సంభోగములకు మధ్య చాల విరామము యివ్వవలెను.

ఎప్పుడు రతి సల్పవలెను? ఇదియు, యిదమిద్ధమని చెప్పుట సాధ్యముకాదు. కొందరకు పడకటింటిలోనికి పోయిన వెంటనే బాగుండును. తక్కిన రాత్రియంతయు విశ్రమింతురు. కొందరకు నిద్ర లేచినతోడనే కుదురును. అపుడు విశ్రాంతివలన యిద్దరును ఉషారుగా నుందురు. రత్యనంతరము కొంచము విశ్రమించుట మంచిది. సంపూర్ణ సౌఖ్యములతో నిశ్శబ్దముగ నుండునపుడు మనోశాంతితో పూనుకొనినరతి మంచిది. వెల్లకిల పండుకొనియున్నప్పుడు స్త్రీ గర్భకోశము యోనియు తగు స్థితిలో నుండును. అసాధారణ "బంధములు" యెక్కువ బాధనేగాక అలసటను కలిగించును. యింద్రియమును బిగించిపెట్టుట మంచిదికాదు. అయితే స్త్రీకి కామమును గమనించి ఉద్రేకమును కలిగించి నిండుగ తృప్తి కలగ

చేయవలెను. దంపతులలో ఒకరి కొకరి కోర్కెలను లోపములను, చూపుల వలన గుర్తెరిగి, సవరించుకొన వలెను. నెల మైల అగునపుడును రతిచేయుట అశుచి మాత్రమేకాదు. స్త్రీ గర్భకోశములో జబ్బుల వలన శిశ్నాంతమున తెల్ల గుడ్లవంటి కురుపులు కలుగును. అంగముయొక్క అగ్రమును, దానిపై చర్మమును శుభ్రముగ కడుగుచుండవలెను. స్త్రీ కూడ యోనిద్వారమును జాగ్రత్తగా కడుగుచుండుట మంచిది. నెల మైల తర్వాత యోనిని శుభ్రము చేయుటకు సెలైను (ఉప్పు ఒక పెద్దస్పూను; నీళ్లు 1000 C. C.) ను డూష్ కేన్ ద్వారా యుపయోగించవచ్చును. తీవ్ర శక్తులు గల మందులతో కడుగుట మంచిదికాదు.

గర్భిణీ స్త్రీ సంభోగము అతి జాగరూకతో సలుపవలెను. చాల మారులు చాల విసరుతో సలుపరాదు. ప్రథమ గర్భిణికి, మొదట నెలలలో రతి లేకుండుటయే మంచిది. లేని యెడల గర్భస్రావము, అకాల జననము కలుగుటయే గాక తల్లికి శాశ్వత బలహీనతయు యేర్పడును. గర్భము నిలచిన తరువాత సంభోగ వాంఛయు తగ్గును.

ప్రసవానంతరము, మర్మభాగములు చీలి, గాయపడి యుండును కాబట్టి కనిన తరువాత $1\frac{1}{2}$ నెల అయినను

స్త్రీని తాకకుండుట శ్రేయస్కరము. కొన్ని నెలలు యూరకుండిన తల్లికిని బిడ్డకును మంచిదే. తర్వాత సుల భముగా కామోద్రేకము నెందు స్త్రీలయందు రతి ఆధి క్యతచే పాలు నిలిచిపోవును. పైగా, రతివలన త్వరలో నెలమైల ప్రారంభించును. మరల గర్భము నిలచిన అపాయమును గలదు. ఇంతలో గర్భము నిలచిన తల్లికిని బిడ్డకును హానికరము. ఈ కాలము సూక్ష్మబుద్ధిగల భార్య భర్తను జాగ్రతగ పట్టుకొనిరావలెను.

---

11. గర్భిణీ యాయురారోగ్య రక్షణ

(రెడ్డిరాణి : 17 వ సంపుటము - 1940 సం॥ ఏప్రెలు, మే, జూన్)

క్రిమిసంహారక, క్రిమిరహిత, శస్త్రవైద్య పద్ధతుల వ్యాప్తివలనను, సక్రమ శిక్షనొందిన డాక్టరులు, మంత్రసానులు కాన్పుసమయముల తోడ్పడుటవలనను, కర్మాగారములలోన పనిచేయు గర్భిణులు, నిరుపేదలైన గర్భిణులు, నెలలు నిండినపుడు కొంత విశ్రాంతిని, ధనసహాయమును పొందు యేర్పాట్లు హెచ్చుటవలనను కాలక్రమమున గర్భిణీరోగములు, ప్రసవించిన స్త్రీలయం దనారోగ్యము, పురిటాళ్లమరణములు, నానాటికి తగ్గిపోవునను యాశలు రెండుదశాబ్దముల క్రిందట మెండుగ నుండెను. ఈ క్రొత్త పద్ధతులన్నియును యింగ్లాండుదేశమున మాతృమరణసంఖ్య నేమాత్రమును తగ్గించజాలకపోయెను. గడచిన 50 సం॥లలో స్త్రీజనములో చావు వారి వంతు చాల తగ్గినది. కాని పురిటాళ్లయందు చనిపోవువారిసంఖ్య తగ్గు సూచనలు యింకను లేవు. ఇంగ్లాండునందు ప్రతి సంవత్సరమును జరుగుచుండు 7 లక్షల కాన్పులలో షుమారు 3000 మంది తల్లులు మృత్యు ముఖమున బడుచునే

యున్నారు. నేటికిని 250 పురుటాళ్లలో ఒక స్త్రీని పురిటింటి రోగములు మ్రింగివేయుచున్నవి.

ప్రభుత్వమువారి రికార్డులవలన తేలిన లెక్కలు యివి. కొందరు పరిశోధకు లీ యంకెలు నిజపరిస్థితుల తగ్గించి సూచించునవి యని యీసంఖ్యలకు నూటికి 12 మొదలు 28 వరకు చేర్చినగాని యీ దేశ నిజస్థితులు తేలవని ఋజువుచేసియున్నారు. ఇంగ్లాండునందు వేర్వేరు ప్రదేశముల పురిటాండ్ల మరణసంఖ్య సమానముగా నుండుట లేదు. అనేక ప్రశస్త వైద్యశాలలును చికిత్సలును గల లండను నగరమున 1000 మంది పురటాండ్లలో 3.35 మంది మాత్రము చనిపోవుచున్నారు. గ్రామములో 6-7 మందియు చనిపోవుదురు. మిల్లులు, గనులు యుండు తావుల అత్యధిక సంఖ్యాకులుగ చనిపోవుచున్నారు.

ఇండియా దేశమున సంవత్సరమునకు 85 లక్షల కాన్పులు జరుగుచున్నవి. ఇందు రమారమీ 1,26,000 స్త్రీలు ప్రతిసంవత్సరమును చనిపోవుచుండుట యెంత ఘోరవిపత్తో ఆలోచింపుడు. అనగా ప్రతిగంట కాలములో యిండియాదేశములో 14 మంది ప్రసవించిన స్త్రీలు చనిపోవుచున్నారని వినుట కెట్టి కఠిన హృదయులైన శాసన నిర్మాణ సభ్యునకును మనసు కరుగక

మానదు. ఈమరణములు, నడిప్రాయమున, ప్రకృతి సహజమగు శరీర పరిణామమైన, శిశు ప్రసవమువలన సంభవించుచున్నవి. ఇందువలన అనేక సంసారములు నష్టపడుటయు, దుఃఖమున మునుగుటయును మాత్రమే గాక, చంటిబిడ్డలు, చేతిబిడ్డలు, ఆరోగ్యమును, ప్రాణములను గోల్పోవుటవలన, ప్రజాసంఘమునకునూ అధిక నష్టములు కలుగుచున్నవి. ఇట్లు జీవమును కోల్పోవు ప్రతి స్త్రీతోబాటు, అనేకమంది స్త్రీలు ప్రసవసమయ కష్టములవలన శాశ్వత రోగులగుటయు, జ్ఞాపకమందుంచుకొనవలయును. ఇండియా దేశమందలి నగరత్రయమునందు పురిటాండ్ల మరణసంఖ్య యెంత హెచ్చుగ నున్నదో గమనింపుడు.

	వేయిమందిలో చావులు
కలకత్తా...	,, ,, ,, 6•9
బొంబాయి...	,, ,, ,, 8•18
మద్రాసు......	,, ,, ,, 13•1

మద్రాసురాజ్యమున 1927 సంIIలో పురుటాలు రోగములవలన 30 వేలమంది స్త్రీలుచనిపోయిరనియు, కాన్పులకాలమున, సుశిక్షితులగు వైద్యులును, మంత్రసానులును తోడ్పడినచో, పై సంఖ్యలో సగముమంది ప్రాణముల భద్రముగ కాపాడి యుండవచ్చుననియు, రాష్ట్రారోగ్య

శాఖాధ్యక్షుడు వ్రాసియున్నాడు. సామాన్యముగ ప్రభుత్వమువారి కందుబాటులోనుండు లెక్కలబట్టి చూచిన 1927 లో వేయిమంది పురిటాండ్లలో 20 మందిన్ని, 1928 లో 16 మందిన్ని చనిపోవునట్లగపడును. మనరాజ్యమున జననమరణముల రికార్డుచేయుపద్ధతులు యెంతలోపముగ నుండునదియు, అజ్ఞానము, పిచ్చినమ్మకములు, దుర్వాడుకలు, ప్రజల నెంత నుదాసీనుల చేయునదియు, గమనించిన, యథార్థ సంఖ్య యింతకంటె హెచ్చనవచ్చును. ఆరోగ్యశాఖవారి యాజమాన్యమున 1928 సం॥ లో మద్రాసు, మధుర, తిరుచునాపల్లి, కోయంబత్తూరు నగరములలో చేయబడిన పరిశోధనలవలన వేయి కాన్పులలో 18 మంది ప్రసూతి స్త్రీల మరణములు సంభవించునట్లు విశదమైనది.

1931 సం॥న మద్రాసు రాజ్యమున పురిటాండ్ల మరణ సంఖ్యను తెలుపు పట్టీ:—

జనించిన శిశువుల సంఖ్య	చనిపోయిన పురిటాండ్ల సంఖ్య	వేయిమంది పురిటాండ్లలో చనిపోవువారి సంఖ్య
16,06,403	14,165	8.70

రాష్ట్రమందలి జిల్లాలలోను, ఆంధ్రదేశ మందలి ముఖ్యనగరములలోను, ప్రసవకాలమున నెంతమట్టుకు నేర్పరుల (డాక్టరుల, మంత్రసానుల) తోడ్పాటు అందు

బాటులో నుండునదియు, పురిటాండ్ల మరణసంఖ్య యెంత హెచ్చుగ నుండునదియు చూపు పట్టీ:—

పట్టణములు	పుట్టు శిశువుల సంఖ్య	నూరు కాన్పు లలో శేర్వరుల తోటూ పటు గలిగినవాని సంఖ్య	చనిపో యిన ప్రసవ స్త్రీల సంఖ్య	వెయ్యి మంది పురి టాండ్లలో చనిపోవు వారిసంఖ్య
అనంతపూరు	595	52.70	14	23.65
బళ్లారి	432	38.35	7	16.87
చిత్తూరు	677	67.34	15	20.33
కడప	859	86.44	21	22.60
రాజమండ్రి	2,182	41.90	33	14.49
కాకినాడ	2,612	44.97	32	12.13
ఏలూరు	1,883	47.03	22	11.36
గుంటూరు	2,885	65.68	91	29.24
బెజవాడ	2,391	32.39	28	11.51
మసూలా	1,969	40.51	25	11.91
కర్నూలు	1,579	51.01	37	22.69
నెల్లూరు	1,883	70.91	55	26.44
విశాఖపట్నం	1,792	73.12	13	6.99
విజయనగరం	1,490	25.71	15	9.77
మద్రాసు	25,299	80.15	299	11.23

గర్భిణీస్త్రీలయొక్క చుట్టుపట్లను, గృహపరిస్థితులను బాగుచేసిన పురిటాండ్ల కపాయములు తగ్గునను యాశ ముప్పదియేండ్లకు ముందు యుండెను. గడచిన ఇరువది యేండ్లలో గర్భిణికి యేకాంతత, గోప్యము, సౌఖ్యము, పోషణ, శుచి మొదలగు అవసర విషయములయందు యెక్కువ శ్రద్ధ చూపబడుచున్నను, పురిటాండ్ల మరణములు తగ్గుటలేదు. అందువలన పై కారణము లేవియు ప్రసవ సమయమున యెక్కువ కీడుచేయునవి కావని నవీనశాస్త్రజ్ఞుల యభిప్రాయము.

ప్రసవించిన స్త్రీల మరణములకు నిజమైన కారణములు 3 రకములు:—

1. గర్భిణీదశకు సంబంధించినవియు, సంభవించునట్టియు, ఆకస్మిక వ్యాధులు, ఘాతలు, ఆగంతుకములు.

2. గర్భిణీ స్త్రీ దేహములో నుత్పత్తియగు దోష జనిత రోగములు.

3. ప్రసవసమయమున కలుగు బాధలు, అపాయములు, బాలింత జ్వరము.

ఇవిగాక, సామాన్య స్త్రీల కందరికి సంభవించగల, మలేరియా, కొంకిపురుగు, హృద్రోగము, పాండురోగము,

క్షయ, మొదలగునవి గర్భిణీకి కలిగినయెడల, కానుపు సమయమున యీరోగములు తీవ్రమగుటచే క్రుంకుదురు. ఎక్కువ కాన్పులవలన తల్లికి బలహీనత, రుగ్మతయు, కలిగి ప్రసవకాలమున గొంతుమీదికి వచ్చును.

పురిటాండ్ల మరణములలో నూరింట 50 వరకు తప్పింప వీలగునని నూతన పరిశోధనలవలన తెలుచున్నది. పురుడు రాకముందు గర్భిణీస్త్రీల పరీక్షించి, తగు యేర్పాట్లు చేయుట వలన, జీవము కోల్పోక రక్షింపబడు స్త్రీలకు, ప్రాణహానికరములుగ నుండు కారణముల గమనింపుడు. ఈవిషయముల బాలికా పాఠశాలలో గరపినయెడల సంఘమునకు చాల మేలు కలుగునుగదా!

1. గర్భిణీ స్త్రీలకు యారోగ్యపరీక్ష అవసరము. గర్భము నిలచినదిమొదలు, గర్భిణుల యారోగ్యమును వైద్య శాస్త్రజ్ఞానములో పండితులును, అనుభవజ్ఞులును అగు వైద్యులు (స్త్రీవైద్యులే గానిండు) తగు పరీక్షలు చేసి ఆరోగ్యరక్షణ చేసినయెడల మరికొందరు పురిటాండ్లు బ్రతుకుటకు వీలగును. ఈకాలమున మృత్యువు వాత బడు నూరుమంది పురిటాండ్లలో 16 మంది అట్టిరక్షణ లేక ప్రాణముల కోల్పోయి యుందురు. కావున యీ పరీక్షలు శ్రేయోదాయకములు.

2. కాన్పు నడుపుటయందు పొరపాట్లు తగ్గవలెను. తగు జాగ్రత్తలవలన బ్రతికించ వీలగు సగము పాలులో, నూటికి 35, మంది, యీ లోపములవలన మరణింప వచ్చును. వైద్యులు, మంత్రసానులు, అందుబాటులో నుండవలయును.

3. కాన్పు సాధనోపకరణములు, ఇతర వసతులు ఉండవలెను. చనిపోవు పురిటాండ్లలో, నూటికి 12.6 మంది మరణించుటకు కారణములివియే. ఇందుకై "మంచి రాక పోకల" సౌకర్యములును, ప్రసూతి చికిత్సకు వలయు మందులు, శస్త్రసామాగ్రి దొరకు యేర్పాట్లును యుండ వలెను. రెండామడ దూరమునుండి దుర్భరమగు బాధ పడు పురిటాలు, రెండెడ్లబండిలో, ఆసుపత్రి చేరుసరికి రోడ్ల గతుకులలో ఆమెగతి యేమి?

4. పురిటాండ్లయు, వారి బంధువులయు, మిత్రులయు, అజాగ్రతవలన ఇపుడు చనిపోవు పురుటాండ్ల సంఖ్యలో నూటికి 16 మంది మృతించుచున్నారు.

ఈ దుస్థితిని, యీఘోర మరణములను, చావునుండి తప్పించుకొని, శాశ్వత రోగులయినవారి సంఖ్యను, చాల వరకు, మానవ ప్రయత్నము వలన, నాపవచ్చును. ఇందుకై

ప్రజలు, ప్రభుత్వమువారును సర్వ ప్రయత్నముల చేయు టయు న్యాయము, అవసరమును. అట్టి సదుపాయము లెవ్వి?

1. వైద్య విద్యార్థులకు, వైద్యులకు శాస్త్రానుసరణ మైన గర్భిణీ సంరక్షణ పద్ధతుల నేర్పుట

2. మంత్రసానులకు, యిప్పటికంటె మేలు తరగతి శిక్షణ మొసగి, అట్టివారినే, సర్వజనులకు నందుబాటులో నుండునట్లు చేయుట.

3. పై రెండు మార్గములతో సమాన ప్రాముఖ్యము వహించ వలసినది ప్రజాసద్బోధన. గర్భిణీ స్త్రీల ముఖ్య ముగ, ప్రథమగర్భిణుల, నప్పుడప్పుడు, నేర్పరులైనడాక్ట రులచేత తనిఖీ చేయించుచుండ వలయుననియు, గర్భి ణిగా నున్నంత కాలము, వైద్యుల పరిశీలనలో నుంచవలె ననియు, వైద్యుల సలహాల ప్రకారము జీవిత విధాన మును మార్చుకొన వలయుననియు, సులభ చికిత్సలు చేయించ వలెననియు, ప్రసవమునకు ముందే కానుపు తేలి కగ నుండునో, కష్టముగ నుండునో యెరుగుటకు ప్రయత్నించి, తగు జాగ్రతలు పడవలయు ననియు, సహ జముగ పురుడు వచ్చుచుండునపుడు, తొందరపడి డాక్టర్ల చేతను, మంత్రసానులచేతను గర్భిణీస్త్రీ అంతర్భాగముల

కలయ పెట్టింపకూడదనియు, మనసుల నాటునట్లు బోధించవలయును. ఈ బోధన గర్భిణులకు మాత్రమే గాక, వారి అత్త మామలకును, తల్లి తండ్రులకును భర్త లకును చేయుట అత్యవసరము. ముందు గర్భిణీదశకు రాబోవు ప్రతి బాలికకును యీసూత్రముల గరుపవలెను.

4. గర్భిణీస్త్రీలను పరీక్షించి, సలహాల నొసగుటకు తగిన వసతులను, వైద్యులను యేర్పాటు చేయవలెను.

5. కానుపు సమయములలో దిగియుండుటకు, ఆసు పత్రులలో, యెక్కువ "కానుపు వార్డు"లను, "కానుపు స్త్రీల"కు మంచములను ఉంచవలెను.

6. ప్రసూతికా చికిత్సకు ప్రత్యేకశాలలు యేర్పరుప వలెను.

7. కను సమయమున పేదస్త్రీలకు కొంత ధనసహాయ మును, మనిషితోడును నొసగవలెను.

ఇంగ్లాండులో ప్రతివేయికాన్పులలోనలభైమూడింటికి నేర్పరులగు డాక్టరులు తోడ్పడుచున్నారు. మనరాజ్య మున, నీలగిరులలో 4000 కాన్పులలో నొక కాన్పునకు డాక్టరు సాయమును, కర్నూలు, బళ్లారి జిల్లాలలో వేల కాన్పులకు తోడ్పాటు బొత్తుగలేకయు నుండును. ఇక మన రాజ్యమున కాన్పుల చేయించు డాక్టరులు నవీన

పద్ధతులలో చాలినంతకాలము ప్రత్యక్షానుభవములవలన నేర్చుకొనినవారా? బ్రిటిష్ యిండియాలో 130,000,000 స్త్రీలుండగా, ప్రతిసంవత్సరము రమారమి 80 లక్షల కాన్పులు జరుగుచుండగా, దేశమున కంతకును 400 మాత్రము "లేడీడాక్టర్లు" న్నారు. ఇది గొప్ప లోపము కదా!

ఇక మంత్రసానుల విషయమై కొంచెము పరిశీలింతము. హాలండు, డెన్మార్కు దేశములలో ప్రపంచములోనన్ని దేశములందలికంటే తక్కువమంది పురుటాండ్లు చనిపోవు చున్నారు. ఇందుకు కారణము, యాదేశముల తగినంత మంది నేర్పరులగు మంత్రసాను లుండుటయే. 35 లక్షల జన సంఖ్యగలిగి, సంవత్సరమునకు 78 వేల కాన్పులకు నిలయమైన డెన్మార్కులో 1200 మంది మంత్రసాను లున్నారు. వీరు తమ వృత్తిని రెండు సంవత్సరములు నేర్చుకొందురు. హాలెండులో 80 లక్షల జనసంఖ్య యున్నది; సంవత్సరమునకు 30 మంది మంత్రసానులు తయారగుచున్నారు. వీరు మూడు సంవత్సరములు వృత్తి నేర్చుకొందురు. సంవత్సరమునకు 100 కాన్పులకు తోడ్ప డుదురు. నెలకు రు 250/- సంపాదింతురు. ఈమంత్ర సాను లెక్కడ? మన మంగలి మంత్రసానులు, లేదా

అర్థముగాని శాస్త్రపద్ధతుల నవలంబించు మన స్త్రీలు మిడ్‌వైఫ్‌లు వారికి సాటివత్తురా ?

మద్రాసు రాష్ట్రములో ప్రతి సంవత్సరము జరుగు చుండు 14,72,280 కాన్పులకు, 513 మంది మాత్రము మంత్రసానులుగలరు. ఒక మంత్రసాని సరాసరి 150 కాన్పుల చేయగలుగును. కాబట్టి మనరాష్ట్రమున సక్రమ శిక్షణ నొందియుండు మంత్రసాను లందరును యెప్పు డును నౌకరి యందుండి పనిచేయుచుండినను, 12,45,330 కాన్పుల దిక్కు (నూటికి 84½ ప్రసవముల) చూచువా రెవరును లేరు. నీలగిరులలో 680 కాన్పులలో నొకటికి, విశాఖపట్టణం జిల్లాయందు 4000 కాన్పులకు ఒక దాని కిని, మంత్రసానులు తోడ్పడుచున్నారు. ఈదుస్థితిని తొల గించుటకు చేయవలసినదేమి ?

1. శీఘ్రకాలములో యెక్కువమంది మంత్రసానులను సక్రమపద్ధతులలో తగినంతకాలము సుశిక్షితులచేసి నలు దిశలకు పంపవలెను. మంత్రసాని విద్యాగరపు సంస్థలు రాజ్యమునం దంతను స్థాపింపబడవలెను.

2. ప్రస్తుతమునందు వివిధజిల్లాలలో మంత్రసానులుగ పనిచేయువారిలో పని తెలియనివారిని ప్రత్యేకించి వారిని మరల పెద్ద వైద్యశాలలయందు నూతనపద్ధతులు నేర్చు కొనునట్లు యేర్పాటు చేయవలెను.

3. పల్లెటూళ్లలోని వైద్యసహాయము దేశీయ ప్రజారోగ్య సంస్థలయొక్క నిజస్థితిని చక్కగ నిరూపించును. కాబట్టి పల్లెటూళ్లయందలి మంత్రసానుల సామాన్య కుటుంబికుల కందుబాటులో నుంచవలెను.

4. స్థానిక సంస్థల నౌకరిలోనుండు మంత్రసానుల సంఖ్య 475. వీరి పని చాల అసంతృప్తికరముగ నున్నది. మంత్రసానికి జీత మిచ్చుటతో స్థానిక సంస్థలు తృప్తి నొందకూడదు. ఆమె పనిలో నేర్పరిగనున్నదో లేదో తనిఖీచూచుటకు, ఒక స్త్రీవైద్యురాలినిగాని, హెల్తువిజిటర్‌ను గాని, అధికారిగ నుంచుట మేలు. ధనసంపత్తి లేని స్థానిక సంస్థలు చక్కగా చదువుకొన్న స్త్రీలను మంత్రసాని పనినేర్చుకొనుటకు వేతనములిచ్చి, వారిచే పురమునకు లాభము కూర్పవచ్చును. ఆయా మండలములోని విద్యాధికులగు స్త్రీల సాహాయ్యమున మంత్రసాని పనిని పరీక్షించి చూడవచ్చును.

5. ప్రస్తుతపరిస్థితులలో మనరాష్ట్రమున చాలకాలము వరకు సక్రమశిక్ష నొందిన మంత్రసానులసంఖ్య కావలసినంత పరిమితిగలిగి యుండుట అసంభవము. ప్రస్తుతము నగరములలోని కాన్పులలో నూటికి 40 న్నీ, పల్లెటూళ్లయందు నూటికి 4 మాత్రమున్నూ, మంత్రసానులచే

నడుపబడుచున్నవి. మంగలి మంత్రసానులే తక్కిన కాన్పులను తోడుగ నున్నారు. వారిని కాన్పు విషయములలో తోడ్పడకుండ జేయుటకు వూనినను, సాధ్యమగునట్లు తోపదు. కాబట్టి వీరినికూడ పెద్ద ఆసుపత్రుల కనుబంధములుగా నుండు ప్రసవశాలలోను గర్భిణీ ఆరోగ్యరక్షణ శాలలందును, వారివారి బుద్ధి శక్తులకు తెలియునట్లు, పరిశుభ్రతను గురించియు, అనవసరముగ ప్రసవస్త్రీని తనిఖీచేయుచుండుటవలన గలుగు అపాయముల గురించియు, బోధించి, సక్రమ పద్ధతులలో శిక్షణ గరపవలెను. స్టేపిల్టన్ కన్యాయు, రాష్ట్రీయశాఖ యుపాధికారిణియు, ఒసంగు సలహా యిదియే.

హెల్త్ విజిటర్లు లేక ఆరోగ్య సందేశకులు అను పేరుతో ప్రత్యేకశిక్షణ నొందినవారు కొందరు స్థానిక సంస్థలయం దుద్యోగులుగ నియమింప బడుచున్నారు. వీరును గర్భిణుల యిండ్లకుపోయి సలహాల నొసగుచుండవలెను. 500 ప్రసవముల కొక ఆరోగ్య సందేశకురాలు వంతున నుండిన ప్రజోపయోగము గలదు. కష్ట కాన్పులలో మంత్రసానులకు తగుసాహాయమును వీరుయిత్తురు; మంత్రసానుల పనిని తనిఖీ చేయుటకును తగిన వారుగ నుందురు.

గర్భిణీ యారోగ్య రక్షణ శాలలు

లండనులో గైసు ఆసుపత్రిలో పురిటాండ్ల మరణముల పట్టీ:—

సంవత్సరము	పరిస్థితులు	కాన్పు కేసులు	పురిటాండ్ల మరణములు	వెయ్యి కాన్పులలో మరణించువారి శాతము
1863–1875	గర్భిణీ ఆరోగ్యరక్షణాలయములు లేవు	23,591	106	4·4
1919–1928	గర్భిణీ ఆరోగ్యరక్షణ ప్రయత్నము లున్నవి	21,423	22	1·03

1924-27 మధ్య ఎడింబరోలో ఆరోగ్య సంరక్షణాలయములకు తరచుగ వచ్చుచుండినవారిలో వేయింట ముగ్గురు పురిటాండ్లును అట్టి సలహాల పొందనివారిలో వేయింట 7 గురును చనిపోయిరి. ఈ యంకెలు గర్భిణీ రక్షణాలయములయొక్క లాభముల చాటుట లేదా? ఇంగ్లాండు దేశమునమాత్రము యిట్టి ఆలయములు 900 ప్రజాసేవ చేయుచున్నవి.

ప్రసవమునకుపూర్వము గర్భిణీస్త్రీల పరీక్షించుట యొక్క యుద్దేశ్యమేమి ?

1. గర్భిణీదశ స్వాభావికముగ నారోగ్యకరముగ నుండునట్లు చూచుట.

2. గర్భిణీస్త్రీని వైద్యుల పరిశీలనలోనుంచి రుగ్మత లను శక్తిలోపములను ప్రారంభదశలోనే, అపాయకరము లగుటకు ముందే, గుర్తించి తగినన్ని ముందు జాగ్రత్తలు పడుట.

3. గర్భములో నున్నట్టి, పుట్టబోవు శిశువున కుత్తమ పరిస్థితుల నేర్పరచి సత్వము, ఆరోగ్యముగల బిడ్డ పుట్టు నట్లు సమకూర్చుట.

4. ప్రసవ సమయము, నిస్సంకటముగ, నిరపాయకర ముగ, నుండు నట్లొనర్చుట.

ఈ మధ్యనే మద్రాసుపురమందలి 'ప్రసవవైద్యశాల' లో నిట్టి గర్భిణీ యారోగ్య రక్షణశాలలు స్థాపింపబడినవి. విశాఖపట్నమున, కింగ్ జార్జి ఆసుపత్రి యందొకటికలదు. గర్భిణీస్త్రీలు తమకనుకూలమైన దినములలో వెళ్లి యచట నుండు లేడీడాక్టరుచే, తనిఖీచేయించుకొని, సలహాల పొందవచ్చును. నర్సులును, మంత్రసానులును,తమ రెరిగిన గర్భిణీ స్త్రీలను యిచటకు పంపియు తాము కూడ

వచ్చియు, ప్రోత్సాహ మొసగవచ్చును. నాటు మంత్రసానులు, మంగలి మంత్రసానులును, యిచటకు వచ్చి సక్రమపద్ధతుల నేర్చుకొనవచ్చును. ఢిల్లీ, నాగపురము మొదలగుచోట్ల, గర్భిణీ రక్షణశాలలో మంగల మంత్రసానులకు శాస్త్రీయపద్ధతుల నేర్పుటకు యేర్పాట్లున్నవి. మంత్రసానులకును, నర్సులకును, వా రింతవరకు నెరుగని, గర్భిణీ ఆరోగ్యరక్షకపద్ధతులు గరుపవలెను. వీరు, తమవృత్తి నభ్యసించు కాలమున, కనీసము ౧ మారులైన నిట్టి యాలయములలో పనిచేసి యుండవలెను. హెల్తు విజిటర్లును, సంఘసేవాభిలాషులును, తమశక్తికొలది గర్భిణీస్త్రీలను, ఆరోగ్యరక్షణశాలలకు పంపుట శ్రేయోదాయకము.

ప్రసవానంతరము ప్రతి స్త్రీయును, సంపూర్ణారోగ్యమును గలిగి, సత్వారోగ్యములు గల బిడ్డను పొంది, మాతృవిధుల నిర్వర్తించుట కుటుంబమునకును, సంఘమునకును, లాభదాయకము. గర్భిణీస్త్రీ పరీక్షయందు యీ క్రింది విషయములు గమనింపబడును.

1. పూర్వ ప్రసవములచరిత్ర. గడచిన కాన్పులు బాధకరముగను, ఆలశ్యముగ నుండెనవా? యను విచారణ. శిశుస్థితి.

2. శారీరపరీక్ష. హృదయము, శ్వాసకోశములు, పండ్లు, ఆరోగ్యములుగా నుంచుట.

3. గర్భములోని శిశువు యమరియుండురీతి నిర్ణయించుట (౩౬ వారములో)

4. కటి ప్రదేశముయొక్క కొలతలు. తల్లియొక్క కటిచక్రమునకును, గర్భస్థ శిశువుయొక్క కపాలమునకును గల తారతమ్యమును నిశ్చయించుట. ఇది ప్రథమగర్భిణికి అత్యవసరము. కొలతలు లోపముల సూచించిన జాగ్రత్త పడవలెను.

5. మూత్రపరీక్ష. 5వమాసమునుండి వారమునకొకసారి మూత్రమును పరీక్షింతురు.

6. తెల్లమైల, సుఖరోగములు, మొదలగునవి కలవా? యను పరీక్షలు.

మర్మస్థానములో కురుపులుగాని, గనేరియా, తెల్లమైల గాని, యున్నయెడల తగు చికిత్సలును, జాగ్రత్తయు అవసరము. మైల తగ్గియున్నను, మూత్ర ద్వారమునుండియు, గర్భకోశ ద్వారమునుండియు, చీము బిందువుల, శుభ్రమైన కుచ్చెలతో తీసి, గ్లాసుపలకల (Slides) పై పూసి, కొన్ని రంగుపదార్థములతో కడిగి, సూక్ష్మదర్శినీ మూలమున తనిఖీచేయించవలెను. గనేరియా (సెగరో

గము-కుసుమరోగము) జబ్బు గర్భిణికియుండుట, ప్రసవ కాలమున అపాయకరముగ పరిణమించును. శిశువునకును కన్నులు చెడును. కాబట్టి దంపతులలో గనేరియా యుండినయెడల పరీక్షలన్నియు చేయించి, తగు చికిత్సల నొందుట యవసరము. ఇక, సిఫిలిస్ (ఫిరంగిరోగము - సవాయి) గుర్తించుటకు, పూర్వ గర్భస్రావములును, చచ్చిన శిశువుల కనుటయు కొంతతోడ్పడును. శరీరము నందలి గుర్తులను, రక్త పరీక్షా ఫలితములను, గమనించుటవలన, అనుమానముల దృఢపరుపవచ్చును. సిఫిలిస్ రోగము గర్భిణికి కలదని తీర్మానమైనతోడనే, తగిన చికిత్సల నారంభించవలెను. ఎంత త్వరగా ప్రారంభించిన నంతమంచిది. "శుభస్య శీఘ్రం". నాలుగవమాసము నుండి ప్రసవకాలమువరకును నిరంతర చికిత్సనొందినతప్ప, పుట్టు శిశువు అరోగియని చెప్పుటకు వీలుకాదు. తర్వాత ప్రతిగర్భమునకును, యిట్లే చికిత్సయొనర్చుట, ఆరోగ్య కరము.

7. రక్తముయొక్క యొత్తిడి (Blood Pressure) కొలుచుటవలన దేహములో కల్మషములు చేరుచున్నవో తెలియనగును. సాధారణముగ స్త్రీలకు గర్భిణులుగా నున్నపుడు 100 మొదలు 130 మిలిమీటర్లు సిస్టాలిక్ ప్రెషరు యుండును. అప్పుడపుడు యీ పరీక్ష చేయించి,

140 మి. మీ॥ దాటినయెడల తగు సలహాలను, చికిత్స లను పొందవలెను. అట్టిపరీక్షలేనిదే, ఈ వ్యాధినిగుర్తించ లేరు; అందువలన హాని కలదు.

8. రాజ్జ కిరణములు (X Rays) కటిచక్ర వైశా ల్యమును, శిశువు యమరికను, వికృతాంగములున్నచో వానిని, అమడలను, గుర్తించుట కుపయోగపడును.

గర్భిణులు యీ ఆరోగ్యరక్షణశాలలకు మాసమున కొకసారి వంతున ఆరు నెలలు నిండువరకు వచ్చు చుండ వలెను. తర్వాత, పక్షమున కొకసారి రావలెను. ఏమా త్రము అనారోగ్యలక్షణములు పొడచూపినను, వారమున కొకసారియైన వచ్చుచుండుట మంచిది. తక్షణమే సక్రమ చికిత్సలొనర్చి రోగాంకురముల నిర్మూలముగావింప నగును. గృహశుభ్రత, ఆహారము, ప్రసవమునకు ఏర్పాట్లు పురిటిజబ్బుల నివారించు నుపాయములు మొదలగు విష యములు గరపబడును. మందులిచ్చుట ప్రాధాన్యము కాదు. ప్రసవకాలమునకు ముందే కొన్ని చికిత్సలు, శస్త్రముచేయుటకు యేర్పాట్లు, కావలసినయెడలఆసుపత్రు లలో గర్భిణులకుగా నుండు ప్రత్యేకశాలలో నుండుటకు యేర్పాట్లును, చేయబడును.

హాలెండుదేశమున గర్భిణులలో నూటికి 99 మంది కానుపునకు పూర్వము, తగురీతి పరీక్షలనొంది సలహాల పొందుటవలన, పురిటాండ్ల మరణసంఖ్య చాలతక్కువగా నున్నది.

ప్రసవమునకు పూర్వము గర్భిణీస్త్రీని పరీక్షించి, సలహాల నొసగుటకు మద్రాసురాజ్యమున వాడుకలోనుండు ఛార్టును ఆద్యంతము పఠించిన, ఎంత సంపూర్ణపరీక్ష యుద్దేశింపబడినదియు, దానివలన నెంత ఫలితము కలుగనున్నదియు, విస్పష్టమగును.

గర్భిణీ స్త్రీ యారోగ్యము

గర్భధారణము ప్రకృతిసహజమగు పరిణామములలో నొక్కటి. ఆ నవమాసములును స్త్రీ యొక్క జీవితమున ఆరోగ్యానందములు వర్ధిల్లుచుండవలెను. ఆధునికకాలమున, ననేకమంది యువతులు, గర్భిణులుగనున్న దినములలో ననారోగ్యులుగను, చింతాకులులుగను యుండుట సామాన్యమయినది. గర్భధారణ యపాయకరమనియు, ప్రసవము బాధ దుస్సహమనియు, భయకంపితమానసులై యుందురు. శిశుప్రసవము స్త్రీజన్మసహజమనియు, మానవజీవిత వికాసమునకు, ఆనంద దాంపత్యమునకును ప్రథమసోపానమనియు, జ్ఞాపకముంచుకొనరు. తాము

గర్భములో ఒక నూత్న జీవమును పెంచుచుండుట యెంత యపూర్వవైచిత్రమో తలపోయరు. దినదినము శరీరములో తీపులు, నొప్పులు హెచ్చుటవలన నిరుత్సాహులై, దైనిక గృహకార్యములందు నిమగ్నులై, దిగులుతో ప్రసవకాలమునకై నిరీక్షించుచు, సామాన్య ఆరోగ్యసూత్రములనుమరచి, గర్భిణీరోగములకు ఆహ్వాన మొసగుచుందురు. అనాగరికజాతులలో గర్భిణీ స్త్రీలు పూర్ణారోగ్యమును, సులభప్రసవమును గలిగియున్నారట. కాబట్టి గర్భిణీబాధలన్నియు, నవీన నాగరికతకు అస్వాభావిక జీవితమునకు అపరాధములకు తగిన దండనలు.

అనుభవజ్ఞులగు స్త్రీలుగాని, తల్లి, అప్పచెల్లెండ్రు, మంత్రసాని మొదలగువారును, గర్భిణీస్త్రీకి యుత్సాహకరములగు మాటలుపలికి, ప్రోత్సాహ మొసగవలెను. ఆగృహిణి, తనగర్భమున యెంతరామణీయకమును, చిత్రమును అగు, సృష్టిజరుగుచున్నదో యెరిగి, సంతోషానందముల ననుభవించునట్లుచేయవలెను. అనవసరమైన వగపులనుమరపింపవలెను. గృహకార్యములు ఒక నిష్కర్షయైన పద్ధతి ప్రకారము జరుపుటవలన నెంతో దేహకష్టమును, మానసికచింతయు తగ్గును. గర్భిణుల మనసు లెట్లుత్రిప్పిన నట్లుబోవును. కాబట్టి యీతరుణముననే, స్వయంగౌరవము,సౌఖ్యమునిచ్చుయాలోచనలు,ఆరోగ్య

సూత్రములు నేర్పవలెను. తీరిక యుండునపుడు అల్లిక ములతోను, బిడ్డకుగాను గుడ్డలు కుట్టుచును, విశ్రాంతి కాలమును సద్వినియోగము చేయవలెను.

గృహపరిసరములు

ఇవి రమ్యముగ, ఆరోగ్యదాయకములుగ నుండవలెను.

(1) శుభ్రమైన గాలి:— పరమేశ్వరుని ప్రసాదము, హిందూదేశమున సమృద్ధిగనున్నది. కాని గర్భిణులు యిండ్లలోనేయుండుటయు తలుపులన్నియు మూసుకొని నిద్రపోవుటయు, కాన్పుసమయముల నొకచీకటికొట్టులో నివసించుటయు, మొదలగు చెడ్డవాడుకలకు లోనై, శుభ్రమైన గాలిని అనుభవించరు. ఇంటిలోనివసారాలలో యింటిపెరటితోటలలో, మేడమీదనుతిరుగుట మంచిది. నిద్రపోవునపుడు తలకు ముసుగు పెట్టుకొని నిద్రపోవుట అనారోగ్యకరము.

(2) వెలుతురు, సూర్యరశ్మి:—చెట్లకు, పశువ్రులకు వెలుతురుఅవసరము. సూర్యరశ్మి ఆరోగ్యమునకు దేహాభివృద్ధికిని అత్యవసరము. ఇండియాలో వెలుతురు నకు సూర్యరశ్మికిని కొరతలేదు. కాని పురములలో సన్నని సందుగొందులలో, ద్వారములు, కిటికీలు కొద్ది గనుండు యిండ్లలో, యీప్రకృతి వరములును, లోపముగ

నుండును. వీలయిన గర్భిణులు పార్కులు, తోటలు, సముద్రతీరము మొదలగుచోట్ల నైన, కావలసినంత వెలుతురును, సూర్యరశ్మిని పొంది ఆనందమును, ఆరోగ్యమును సాధించవచ్చును.

(3) గృహపారిశుద్ధ్యము:—అశుభ్రత, మురికియు, రోగమునకు పునాదివేయును. ఎంగిలి యన్నము విస్తరాకులు, యిల్లు వూడ్వగా వచ్చిన మురికియు, లోపలనో, వాకిటి ప్రక్కనో, యుండును. మురుగుడు గుంటలు, బిడ్డల అశుద్ధము మొదలగునవి యింటిముందర నుండును. ఇవి గర్భిణీ యారోగ్యమును ఛిద్రముచేయును.

గర్భిణీ ఆరోగ్య నియమములు

1. లఘు వ్యాయామము:— గృహకార్యముల చేయువారు వేరు వ్యాయామ మనవసరమని పొరపాటు బడెదరు. శరీరకష్టముకలుగజేయు మోటుపనులచేయరాదు. కాని ప్రతి దినమును, కొంచెము దూరము నడచుట మంచిది. వీలైనంతమట్టుకు పగలు, పెద్దబయలు భూముల నడచుట, ఆరోగ్యకరము. తన యాకార వికారమును గేలిచేయుదురని చీకటిపడినతర్వాత నడుచుట ప్రశస్తము కాదు. లఘువ్యాయామమువలన దోషములు బయటపడును; కండలు గట్టిపడును, ఆకలి పెరుగును. గర్భిణి మనసు సంతోషకరమగును.

2. విశ్రాంతి:— రాత్రిపూట 8 గంటల కాలము గాఢనిద్ర యుండవలెను. పగలు ఒకటి రెండు గంటలు పండుకొనుటకు అవకాశ ముండవలెను. చిన్నయింటిలో బిడ్డలు యెక్కువగనున్నచో, తండ్రి బిడ్డలను కాపాడుచు, తల్లికి విశ్రాంతి చేకూర్చవలెను. గర్భిణి ప్రత్యేక మంచముపై పరుండవలెను. పడకగదిలోనికి మంచి గాలి వచ్చునట్లు వసతులు చేయవలెను.

3. శరీర పారిశుధ్యము:— నిత్యస్నానము విధిగ నెంచవలెను. మురికియుండిన క్రిములు చేరును. చర్మము, దేహములోని దోషముల విసర్జించు నవయవములలో నొకటి. కాన దానిని భద్రముగ నుంచవలెను. మర్మ స్థానముల ప్రతి దినము వేడినీళ్లతోను, సబ్బుతోను, శుభ్రపరచవలెను.

4. దంతములు:— ఇండియాలో పండ్లనుండి చీము కారు గర్భిణుల సంఖ్య అత్యధికముగ నున్నది. పండ్లను మెత్తని పుల్లలతోను, బ్రషులతోను శుభ్రముచేసి, ఉప్పునీళ్లను పుక్కిలించుట మంచిది.

5. కుచ రక్షణ:— కడపటి 6—8 వారములలో స్తనములను సబ్బునీళ్లతో కడిగి, తడియార్చి, కుచాగ్రముల పైకిలాగి, నెయ్యితో రుద్దవలెను. ఇట్లు చేయుట వలన కుచాగ్రము శిశువు నోటిని సహించును. ప్రథమ

గర్భిణుల స్తనములు చిన్నవిగా నున్నయెడల వానిని రుద్దుటవలన పెరుగును. ఈ పరిచర్యలు ముందుగా చేయనియెడల బిడ్డకు పాలు చాలవు; శిశువు స్తన్య పానము మొదలుపెట్టగానే కుచాగ్రములు పగిలి బాధ కలుగచేయును.

6. ఉడుపులు:— తేలికగాను, వదులుగా నుండ వలెను. నడుముచుట్టును యెట్టిబిగింపు కట్టుటయుకూడదు. స్తనముల చాలబిగించి కట్టకూడదు. ఉదరము చాల జారియుండినట్లైన, యొకపట్ట పొట్టకు చుట్టియుంచుట మేలు. మనదేశమున ఎత్తుమడిమలు గల బూట్సులు ధరించు గర్భిణుల సంఖ్య యింకను కొద్దిగనే యుండుట శుభసూచకము. ఇట్టి బూట్సులు ధరించు గర్భిణుల బాధలు పెక్కులు గలవు.

7. ఆహారము:— ఎక్కువ తినుట అజీర్ణమును తెచ్చును. ఆకలికొద్ది తినవచ్చును. సులభముగ జీర్ణమగు నట్టిదిగ, మసాలాలు లేనిదియు, పోషణ నిచ్చునదియు నగు ఆహారమును తినవలెను. అన్నము, చపాతీలు, మాంసము, కోడిగ్రుడ్లు తినవచ్చును. దంపుడుబియ్యము మేలు. పండ్లు, కాయకూరలు, పాలు, అత్యంతపోషణ నిచ్చును. కావలసినంత నీరు త్రాగవచ్చును. భోజనముల మధ్యను, నిద్ర లేచినతోడను, రాత్రి పరుండపోవు

నప్పుడును, గ్లాసు నీళ్లు త్రాగుట మంచిది. సారాయి త్రాగుట చాల హానికరము; తల్లి యారోగ్యమునేగాక గర్భములోని శిశువు భావిజీవితమును చెరుచును. టీ,కాఫీ చాల కొద్దిగ పుచ్చుకొనవలయును. చుట్ట త్రాగకూడదు.

8. మలబద్ధకము:— సామాన్య దినములలోకన్న, గర్భిణీ దశయందు, అనుదినము విరేచనము అత్యావసరము. పండ్లు, శాఖాహారములు, ఆకుకూరలు తిని, యెక్కువగ నీళ్లు త్రాగుచుండిన, విరేచనము మామూలుగా నుండును. మలబద్ధకము తీవ్రముగ నున్నచో సెన్నా (తంగేడు) మొగ్గలను, ఆకులను నానవేసిన నీరు త్రాగిన గుణము నిచ్చును. భాగ్యవంతులు, లిక్విడ్ పారఫిన్, అగర్ అగర్, అగరాల్ మొదలగువానిని యుపయోగింపవచ్చును. పలుమారు—ఆముదము, క్షారములు యుపయోగింపరాదు.

9. బహుమూత్రము:— గర్భకోశము పెరుగుటవలన మూత్రాశయమునకు ఒత్తిడి హెచ్చి బహుమూత్రమును కలిగించును. అందువలన దీనికై దిగులుపడుట కూడదు.

10. గుండెదడ:— అజీర్ణమువలనను, రాత్రిపూట కడుపునిండ తినుటవలనను కలుగును. కాబట్టి సాయంత్రము తేలికగా భుజించుటయే మేలు.

11. వేవిళ్లు:— ఇవి భయస్తులలో యెక్కువ. ప్రొద్దున మంచమునుండి లేచునపుడు నెమ్మదిగ లేవవలెను. లేచుటకుముందే, ఒక రొట్టెముక్కయో, బిస్కత్తులో తిని లేచుట మంచిది. ఎక్కువగా వేవిళ్లుండిన, డాక్టరును సలహా పడుట మేలు.

అస్వస్థత లక్షణములు

పై ఆరోగ్య నియమముల ననుసరించినయెడల గర్భిణులు సుఖముగ నుందురు. ఒకవేళ కారణాంతరముల వలన ఆరోగ్యము చెడినను, యీ క్రింద పేర్కొనబడిన దుర్లక్షణములు పొడచూపినను, తక్షణము గర్భిణీ ఆరోగ్య రక్షణాలయమునకు పోవలెను. అట్టి అపాయచిహ్నము లేవి యనిన:—

(1) రక్తస్రావము. (2) ఎక్కువ తలనొప్పి; ఎక్కువ వాంతులు. (3) ముఖము పొంగుట. (4) మూత్రము పరిమితి చాల తగ్గుట. (5) మర్మస్థానములమైల, కురుపు కనబడుట. (6) అనివార్యమైన మలబద్ధకము. (7) ఉబికిన శిర లుండుట. (8) ఉదరము చాలపెద్దదిగా నుండుట. (9) నిద్రపట్టకుండుట. (10) పాండురోగము. (11) జ్వరములు. (12) ఉదరశూల. (13) అతిసారభేదులు, రక్తభేదులు. (14) క్షయ—దగ్గు.

ప్రారంభదశలో వీనిని గుర్తించి, చికిత్స చేసిన యెడల,మాతృశిశువులకు ప్రాణనష్టము తప్పును.

ప్రసవమునకు సిద్ధపడుట

హిందూప్రజలలో బాలింతను అశుచిగ పరిగణించి, యొకచీకటిగదిలో, మురికిగుడ్డల మంచములోనుంతురు. గాలి దూరని యిండ్లు, తడినేల, పశువులు, వంటచెరకు, హిందూ బాలింతల పాలిటి యమదూతలు. ప్రజలు శుభ్రతయొక్క అమృతశక్తుల నింకను యెరుగరు. ముసలి మంగలి మంత్రసాని, డాక్టరుల పని చేయబూను చున్నది. పేద సంసారములలో ముందు సన్నాహము లేమియు సాధ్యముకావు. దురాచారముల మాపుటకు సద్బోధన యెక్కువ కావలయును. భాగ్యవంతులైనను, నిరుపేదలైనను, ప్రతివారు కొంత సన్నాహము చేయుట మంచిది. ప్రసవము తమగృహములోనే జరిపించుటయా, లేక గర్భిణిని ఆసుపత్రిలో చేర్చుటయా యను విష యము మొదటిది. ఆసుపత్రిలో కనుట కిష్టపడినచో యింటివద్ద సిద్ధపడుటకు నవసరములేదు.

(1) ఎట్టివారు ఆసుపత్రిలో కనుట మేలు ?

(i) ఎట్టి కష్టకానుపు అయినను, గర్భిణి స్త్రీ ఆసు పత్రిలో చేరుట మేలు. అతి నిపుణులగు డాక్టర్లును, నర్సులును అనవరతము దగ్గరగ నుందురు.

(ii) ప్రత్యేక గదులును, తగినంత గుడ్డలును లేని పేదలు ఆసుపత్రిలో కనుట మేలు. పది దినముల వరకు మంచములోనే యుంచుటయు లాభము. ఇంటిలో కనినయెడల 6-8 దినములకే లేచి యింటిపనుల చేయుట వలన తల్లికిని బిడ్డకును ఆరోగ్యము చెడును.

(2) ఇంటిలోనే ప్రసవింప తీర్మానించుకొన్నయెడల చేయవలసిన యేర్పాట్లు:—

(i) ప్రథమగణ్యము:—తగిన డాక్టరును, నర్సును ముందుగా నియమించి రప్పించుట.

(ii) తల్లికొరకై చేయవలసిన యేర్పాట్లు:- దుప్పట్లు, బేసినులు, లోషను, బెడ్ పెను, దూది, రబ్బరుదుప్పటి.

(iii) శిశువుకై చేయవలసిన యేర్పాట్లు:— ఫ్లానల్, దారము, గాజు, శిశువు కండ్లకు లోషను, బిడ్డకు గుడ్డలు, చిన్న ఉయ్యాల.

(iv) గదిని పడకను సిద్ధము చేయుట; గది వెలుతురు కలది, క్రొత్తగా సున్నము వేయించబడినదిగ, శుభ్రము గను యుండవలెను. మంచముయొక్క నవారాను లేదా నులకను, లోషనులతో శుభ్రపరచి, సూర్యరశ్మిలో యెండించి, అల్లియుంచవలెను.

---

12. ఆరోగ్యము - అంతర్జాతీయ సహకారము

ఒక్కొక్క దేశమున, అచ్చటి ప్రభుత్వము ఆయా రాజ్యములయొక్క ఆరోగ్య రక్షణకై కొద్దిగానో గొప్పగానో శక్తికొలది ప్రయత్నము చేయుట ప్రాచీనాచారమే. అంతమాత్రమున, దేశారోగ్య రక్షణ సిద్ధించుట కష్టము. వివిధ దేశములు, ప్రజలు, జాతీయ ప్రభుత్వములు, సర్వమానవ సంఘాభిలాషులై పరస్పర మైత్రితో, సహకార బుద్ధితో, నిరంతరము కృషిచేసిన కాని, ప్రజల ఆరోగ్యము సురక్షితము కాదని యీ శతాబ్దారంభముననే కొందరు దూరదృష్టిగల కుశాగ్ర బుద్ధులు గ్రహించినందున, నూతన సంస్థలు, అంతర్జాతీయ సహకారము క్రమముగా పెరుగుచుండెను.

(1) 1902 సం॥ లో "పేన్ అమెరికన్ సేనిటరీ బ్యూరో" అను పేరుతో, అమెరికా ఖండమున ఒక దేశమునుండి మరియొక దేశమునకు, అంటువ్యాధులు వ్యాపింపకుండ అరికట్టు ప్రయత్నముల చేయుటకై, ఒక వర్గము యేర్పడెను. జాతీయ ఆరోగ్యపాలనకు తోడ్పడుటకు, అన్యోన్య జాతీయ ఆరోగ్య దళములకు మధ్యవర్తులుగ నుండుటకు కూడ, పూనుకొన జొచ్చెను.

(2) 1909 సం॥ లో అంతర్జాతీయ ప్రజారోగ్య కార్యాలయమను పేరుతో, ప్యారిస్ నగరమున మరియొక సంస్థ బయలుదేరెను. ఇందు 46 జాతుల వారు చేరిరి. అంతర్జాతీయ ఆరోగ్య మర్యాదల (International Sanitary Comentions) నిర్ణయము, అవి కార్య రూపమున అమలులోనికి వచ్చునట్లు చూచుటయు, యీ సంస్థయొక్క ముఖ్యధర్మముగ నుండెను.

(3) ప్రథమ ప్రపంచ యుద్ధానంతరము స్థాపింపబడిన (League of Nations) అంతర్జాతీయ సంస్థ, గొప్ప ఆశయములతో బహుకీతుల మానవ సంఘమునకు సేవ చేయ ప్రయత్నించెను. ఆసంస్థ (League of Nations) నిష్ఫలమై కృశించి అంతరించినను, దాని నీడను మొలచిన మొలక "ఆరోగ్యకల్పవల్లి" (Health organisation) ప్రపంచమునకు ప్రశంసమైన పుష్పఫలములను మానవ జాతి కొసగెను. దీనిమూలమున మాతృసంస్థ యింకను స్మరింపబడుచున్నది.

ఈ మహాసంస్థ, సాంక్రామిక వ్యాధుల ఉత్పత్తి, వ్యాప్తులకు సంబంధించిన వివరములను, వార్తలను, సంఖ్యలను క్రోడీకరించి ప్రచురించుచుండెను. దీని తరపున, ఒక వైజ్ఞానికదళము ప్రపంచమందంతట వ్యాపించి

యుండెను. దీని ప్రధాన కార్యస్థలము జినీవా (Geneva) లో నుండినను, ప్రాశ్చ్య దేశములలో జరుగు విచారణలకై సింగపూరు (Singapore) నగరమున ఒక కేంద్ర కార్యాలయము యేర్పాటైయుండెను. ఆరోగ్యవిషయములలోను, ప్రత్యేక ప్రధాన వ్యాధుల పరిశోధనలలోను, నిపుణులైన వారి సంఘముల (Expert Committees) అనేకముల స్థాపించి, వారి అమూల్య అనుభవములను, అన్ని దేశములకు అందజేయుచుండెను. ఔషధములు, వాని గుణములు, శక్తి, ప్రయోగ ప్రమాణములు (Biological Standardisation) మొదలగు పరిశోధనలు విరివిగ ప్రోత్సహించెను. వివిధ దేశములందు వాడుకలోనుండు మందుల జాబితాలను పోల్చిచూచి ఉపయుక్తములగు వానినెల్ల ఒక్క పుస్తకములో సంగ్రహించి ముద్రింప యత్నించెను.

(4) రెండవ ప్రపంచ యుద్ధానంతరము స్థాపింపబడిన ఐక్యరాజ్యసమితి (United Nations) యాజమాన్యమున యేర్పడిన ఉపసంస్థలలో ఒకటియగు, U. N. R. R. A. లో ఒక భాగముగ, "ఆరోగ్యశాఖ" వున్నది. అంటు వ్యాధుల వ్యాప్తివివరముల లెక్కలను ప్రకటించుట, ఆరోగ్య సాంప్రదాయ నిబంధనల అమలులో పెట్టుటయేకాక, యుద్ధకాలమున విచ్ఛిన్నమైన వివిధ జాతీయ

ఆరోగ్య పరిపాలక వర్గముల పునరుద్ధరించుటకును ఇది పూనుకొనెను.

(5) 1946 సం॥ న్యూయార్కు నగరములో జరిగిన అంతర్జాతీయ ఆరోగ్య మహాసభలో ప్రపంచ ఆరోగ్య సమితి (World Health Organisation) అను దానికి బీజము వేయబడినదనవచ్చును. తర్వాత రెండుసంవత్సరముల వరకు "తాత్కాలిక సంఘము" దీనినిగురించి సమాలోచించు చుండెను. గర్భస్థముగ నుండిన యీ శిశువు 1948 సం॥ సెప్టెంబరులో జన్మించెను. అప్పటి నుండి, యీ శిశువు దినదిన ప్రవర్థమానమై పెరుగు చున్నది.

ఇంతకుముందు పేర్కొనబడిన అంతర్జాతీయ సంస్థలన్నిటి యొక్క ఆశయములను, ప్రణాళికలను, పరిశోధనలను ఆమోదించి అందుకొని వాటిని పునరుద్ధరించుటకు, క్రొత్త పథముల త్రొక్కుటకు ఈ నూతన సంస్థ ఆరంభించెను.

ఈ సంస్థ ఆశయము:– "సర్వజనులు మానవ సాధ్యమగు ఆరోగ్యాధిక్యతను సంపాదించుట".

ఆరోగ్యమనగా:— "ప్రత్యక్షముగనుండు రోగము, అంగవికృతి, అంగవైకల్యము లేకుండిన మాత్రమున

ఆరోగ్యవంతులనరాదు. సంపూర్ణ శరీర దారుఢ్యము, మానసిక వికాసము, సాంఘిక సమరసత్వము గలిగిన, వ్యక్తి అనుభవించు స్థితియే ఆరోగ్యమన చెల్లును".

అట్టి సర్వసంపూర్ణ స్వాస్థ్యతయొక్క ఆనందము అనుభవించుట, జాతి, వర్ణ, మతభేదములులేక, ఆర్థిక, సాంఘిక, హెచ్చు తక్కువలులేక, ప్రతి మానవుని యొక్క జన్మహక్కు (Fundamental Right).

అవసరమగు ఆరోగ్య కార్యక్రమములను, ఆర్థిక, సాంఘిక సంస్కరణలను, ప్రవేశపెట్టి ప్రజలకు ఆరోగ్య రక్షణచేయు బాధ్యత ప్రభుత్వమువారిదే.

ఇపుడు ఈ సంస్థ (W. H. O.) లో 64 దేశముల ప్రభుత్వములు సభ్యులుగచేరి ప్రపంచ ఆరోగ్యస్థాపనకై సమైక్యతతో పని సాగించుచున్నారు. దీనికి ప్రధాన కార్యస్థలము జినీవా (Geneva). దేశ కార్యస్థానములు (Regional Offices) ఆరు కలవు. అందొకటి ఆగ్నేయ ఆసియా ప్రదేశములకొరకై 1949 సం॥ లో యేర్పరుప బడినది. దాని కార్యస్థానము ఢిల్లీ నగరము.

ప్రపంచమందలి నేటి ఆర్థికపరిస్థితులవలన, ఈ మహా సంస్థ, ఆరోగ్య ప్రతిష్ఠాపనకై ప్రతి దేశమున, ప్రతి కార్యక్రమమునకు, తగు సాహాయ్య మొసగ లేకున్నది.

అందువలన, ప్రధాన సమస్యల కొన్నిటికి మాత్రము, కొన్ని దేశములకు, సర్వవిధముల తోడ్పడుటకు పూను చున్నది.

1. మలేరియా జ్వరము అపుదల చేయుట. 2. సుఖ రోగముల వ్యాప్తి తగ్గించుట. 3. క్షయరోగ నివారణ, నిరోధము. 4. గర్భిణీ స్త్రీలకు, శిశువులకు ఆరోగ్యోద్ధరణ. 5. అంటువ్యాధుల తగ్గించుట (ప్లేగు, కలరా, లెప్రసీ, ఫైలేరియా, పోలియో). 6. ఆరోగ్య రక్షణకు, పరిశోధనలకు, దళమును తయారు జేయుట. 7. ప్రజారోగ్య పరిపాలన పద్ధతుల వృద్ధిజేయుట. 8. గృహ పరిసరముల శుభ్రత కాపాడుట. 9. ప్రజలలో ఆధునిక ఆరోగ్య విజ్ఞాన ప్రచారము, ప్రబోధము.

ఈ సంస్థ, ఈ సంవత్సరము (1951) లో – ప్రపంచ ఆరోగ్య లాభమునకు రమారమి మూడుకోట్ల రూపాయలు వ్యయపెట్టుటకు నిర్ణయించి, అందులో ఆగ్నేయ ఆసియాకు మాత్రము 24 లక్షలు ప్రత్యేకించినది. ఇందులకై ఆగ్నేయ ఆసియా దేశములనుండివచ్చు ఆదాయ విరాళములు రమారమి 12 లక్షలు మాత్రమే. ఇంతే కాక, ఐక్యరాజ్యసమితివారు యేర్పరిచిన "టెక్నికల్ అసిస్టెన్స్ ఫండ్స్"(Technical Assistance Funds) లో నుండి ఆరోగ్య కార్యక్రమమునకై ఇవ్వబడు ఒక

కోటి రూపాయలలో, 23 లక్షలు ఆగ్నేయ ఆసియా దేశములకొరకై వినియోగింపబడును. U. N. I. C. E. F. నుండికూడ అంతర్జాతీయ ఆరోగ్య కార్య నిర్వహణకు ధన సాహాయము వచ్చుచున్నది. ఈవిరాళముతో, గర్భిణీ స్త్రీల యొక్కయు, శిశువుల యొక్కయు, ఆరోగ్య రక్షణ, పోషణ, జరుప వీలగుచున్నది.

ప్రపంచమందలి ప్రజలకందరికి ఈ సంస్థయొక్క ఆశయములు కార్య ప్రణాళిక, అదియే, తెలుపుట సాధ్యమా ? అందువలన, ప్రజలు, పౌరులు, వైద్యులు, ఆరోగ్యాభిలాషులు, నాయకులు, శ్రద్ధ వహించి, ప్రజలలో ఆధునిక విజ్ఞానమును, ప్రపంచ ఆరోగ్యసంస్థ రోగనిర్మూలమునకుచేయు సన్నాహములను, పోరాటములను ప్రచారము చేయవలెనని వీరు కోరుచున్నారు. ప్రజలే ప్రజాయురారోగ్యమును నాశము చేయను, రక్షించను, ఉద్ధరించను సమర్థులు. ప్రభుత్వము యొక్క ఆదాయ వ్యయములపై అధికారముగల ప్రతి స్త్రీ పురుషుడును, ఆరోగ్యవర్ధకములకు పెట్టుబడిగ, వ్యయముచేసిన ధనము, దేశమునకు, ప్రజలకు, ప్రభుత్వమునకు, యెక్కువ ఆదాయమును, ఐశ్వర్యమును, ఆనందమును, చేకూర్చునని జ్ఞాపకమందుంచుకొనుట విశ్వశ్రేయోదాయకము.

సమాప్తి

భారతీ ప్రెస్, తెనాలి – 1951.